આર્યોત્કર્ષક ગ્રંથાવળી નં૦ ૧૪.

॥ ओं. ॥

गर्भाधान-विधि.

(મનોવાંચ્છિત સંતાન શી રીતે ઉત્પન્ન થઈ શકે તેનું વિધાન)

યોજનાર

બાલાભાઈ જમનાદાસ વૈશ્ય—અમદાવાદ.

(સ્વામી શ્રી દયાનંદ સરસ્વતીના જીવન ચરિત્ર, ગુરૂ ચરિત્ર, પૂનર્લગ્ન સશાસ્ત્ર છે ? ઈત્યાદિનો કર્ત્તા.)

जननी जणे तो जणजे, कां हरि जन, दाता कां सूर।
नहीतो रहेजे वांझणी, के मत गुमावे नूर॥

અમદાવાદ-યુનીયન પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ કં. લિ. માં છાપ્યું.

(પ્રથમાવૃત્તિ પ્રત, ૧૦૦૦.)

સંવત ૧૯૬૨. સને ૧૯૦૬.

મૂલ્ય રૂ. ૦-૧૦-૦. પોસ્ટેજ જુદું.

આર્યોત્કર્ષક ગ્રંથાવળી નં૦ ૧૦.

॥ ओं. ॥

गर्भाधान-विधि.

(મનોવાંચ્છિત સંતાન શી રીતે ઉત્પન્ન થઈ શકે તેનું વિધાન)

યોજનાર

બાલાભાઈ જમનાદાસ વૈશ્ય—અમદાવાદ.

(સ્વામી શ્રી દયાનંદ સરસ્વતીના જીવન ચરિત્ર, ગુરૂ ચરિત્ર, પૂનર્લગ્ન શસાસ્ત્ર છે ? ઈત્યાદિનો કર્ત્તા.)

जनुनी जणे तो जणजे, कां हरि जन, दाता कां सूर।
नहींतो रहेजे वांझणी, के मत गुमावे नूर॥

અમદાવાદ—યુનીયન પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ કં. લિ. માં છાપ્યું.

(પ્રથમાવૃત્તિ પ્રત, ૧૦૦૦.)

સંવત ૧૯૬૨. સને ૧૯૦૫.

મૂલ્ય રૂ. ૦-૧૦-૦. પોષ્ટેજ જુદું.

પ્રસ્તાવના.

पापानां व्याधिभिः सार्धं मित्रता सततं ध्रुवम् ।
पापं व्याधि जरा बीजं विघ्न बीजं च निश्चितम् ॥
पापेन जायते व्याधि पापेन जायते जरा ।
पापेन जायते दैन्यं दुःखं शोकं भयं कलिः ॥

આ પુસ્તક વાચકના હાથમાં મૂકતાં પહેલાં શિરોલેખ ઉપર તેમનુ ધ્યાન ખેંચવાની પરમ આવશ્યકતા જાણી છે. આવશ્યકતા એટલા જ માટે કે, આ પુસ્તકમાં નિરૂપણુ કરેલા વિષયના ફળીભૂતપણાનો આધાર મન, વચન અને કર્મ પણ સત્શાસ્ત્રોક્ત કથન વિરૂદ્ધ વર્ત્તન ન ચલાવવા ઉપર રહેલો છે; પરંતુ દુર્ભાગ્યવસાત્ હાલમાં, સર્વકોઇ પાપની વ્યાખ્યા મનભાવક કરી આનંદ મગ્ન રહે છે, અને સંસારનાં સર્વ સુખો ભોગવવા રેતીમાંથી તેલ કાઢવા જેવા પ્રયત્ન તરફ ઝુકી પડ્યા છે. નિઃસ્વાર્થ, સાધુતા, નિરાભિમાનતા, ભક્તિ, ધર્મપરાયણુતા, સ્વદેશાભિમાનતા આદિનો ડોળ કરી સૃષ્ટિ નિયમ વિરૂદ્ધ રહેણી-કરણી, ચલણુ-વલણુ હસ્તીદંતવત્ રાખી નિરંકુશ બન્યા છે. શાસ્ત્રોક્ત શુદ્ધ વર્ણાશ્રમ ધર્મ, આશ્રમ ધર્મનો લોપ થયો છે, અને "સાપ ગયાને લીસોટા રહ્યા" પ્રમાણે સર્વ સંસ્કારો ફારસ રૂપે ભજવી બતાવવામાં આવે છે. બ્રહ્મચર્ય, વિવાહ, ગ્રહસ્થાશ્રમ, ગર્ભાધાન, પુંશવન (શ્રીમંત) વિગેરે સંસ્કારો "રૂઢી પડી છે માટે કર્યા વગર છુટકો નથી" એવા ભાવથી જ માત્ર કરવામાં આવે છે.

આ મહાન રોગને લીધે ભારત સમાજ પતિત થયો છે અને થાય છે. કિન્તુ જે કોઇ દેશે પોતાની ઉન્નતિ કરી છે વા કરશે તે માત્ર સર્વ જન હિતકારી શુદ્ધ રહેણી કરણીના આધારેજ; નહીં કે દેશને પાછળ હઠાવનાર કુરીતિઓમાં ફસ્યા રહેવાથી, વા તે ઉપર ઢાંક પિછેડો કરવાથી. જો કે આ નમ્ર ગ્રંથમાં સમાયેલ જુદા જુદાં વિષય ઉપર દેશના અનેક વિદ્વાનો તરફથી ઘણા વિસ્તારથી જુદા જુદા પ્રકારે ઘણી વિદ્વતા ભરી રિત્યે લખવામાં તેમ બોલવામાં આવ્યું છે તથાપિ પ્રસ્તુત પુસ્તકની હસ્તલિખીત પ્રત મારા કેટલાક વિદ્વાન મિત્રોને વંચાવવામાં આવતા સર્વે કોઈ તરફથી આને પ્રસિદ્ધ કરવાની ભલામણ થવાથી પ્રસિદ્ધીમાં મુકવાને હું પ્રોત્સાહિત થયો છું, ને આશા રાખવામાં આવે છે કે આ પુસ્તક દેશોદયના કાર્યમાં કાંઇક ઉપયોગી થઇ પડશે. અસ્તુ.

આ પુસ્તક આધુનિક તેમ પ્રાચિન સત્તાધારી પંડિતો, આચાર્યો, તત્વવેતાઓના સિદ્ધાંતો, અભિપ્રાય—આશયની છાયારૂપ હોઇ તેમાં નવીનતા વા વિશેષતા કાંઇ નથી, માત્ર દેશની આધુનિક પ્રજાને વિર્યરક્ષા, ક્ષેત્રશુદ્ધિ, સંતાન પરિચર્યાના અતિ મહત્વતા ભરેલા વિષયનું કાંઇક જ્ઞાન થાય, વાચકના હૃદયમાં સુસંસ્કારની છાપ બેસે અને સદ્વર્ત્તન રાખવા સંકલ્પ કરવા પ્રોત્સાહિત થાય તેવી રીતે યોજના કરવા પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યોછે. જો કે આમાં સમાયેલ વિષય માણુસ જાતના કલ્યાણ માટે પાયારૂપ હોઇ સાધારણ લોકાચાર પ્રમાણે સંકોચ ભરેલી, અવિનય ભરેલી, શરમ ભરેલી ગણાતી કેટલીક બાબતોનો બનતી મર્યાદામાં રહી વિવેચન કરવાની જરૂર જણાઇ છે, જે જ્ઞાનના અભાવે અજ્ઞાન જન સ-

માજને ઘણું ખમવું પડે છે. એતો ખરૂં જ છે કે, નિષ્પાપ હૃદયનો જનસમાજ પોતાની ભૂલ માલમ પડતાની સાથે પોતાની રહેણી-કરણી, આચાર-વિચાર યોગ્ય દિશામાં વાળવા સદા ઉત્સુકજ હોય છે. તથાપિ પોતાની ભૂલ જાણવા છતાં,-સમજવા છતાં પરિણામ હાય તેવું હાંસી ભરેલું કેમ નથી આવતું છતાં "મીયાં પડયા પણ ટંગડી ઉંચી ને ઉંચી" દેખાડનારા જેવી કોટીના મનુષ્યો માટે તો આ પુસ્તક વખતે ટાઢલા જેવું લાગે તેમાં કાંઈ નવાઇ નથી. તેજ પ્રમાણે પ્રારબ્ધ તેમ જ્યોતિષ વિદ્યાના સત્ય રહસ્યને ન સમજનારા અંધશ્રદ્ધાળુ જડ ભકતો પણ આ ગ્રંથગત્ વિષયને હશી કાઢશે; પણ આ સર્વથી નિરાશ ન થતાં, પોતાની ભૂલ સુધારવા વા નવું જાણવા ઇચ્છાતુર નિર્દોષ અંતઃકરણના જનોને આ પુસ્તક કેટલેક અંશે જરૂર ઉપકારી થઈ પડશે એ પૂર્ણ આશા હોવાથી તેમના આગળ આ પુસ્તક મૂકતા અત્યાનંદ થાય છે.

આ પુસ્તકને તૈયાર કરવામાં મુખ્યત્વે નિચેના ગ્રંથોનો આધાર લેવામાં આવ્યો છે. અંગ્રેજી ગ્રંથોમાં ડૉકટર, પાઇહેનરી કૃત લાખો નકલો ખપી ગયેલી "એડવાઇઝ ટુ વાઈફ્" અને "એડવાઈઝ ટુ મધર." બંગાલીમાં લેડી ડૉકટર શ્રીમતી હેમાંગિની કૂલભિકૃત "શુતિકા ચિકિત્સા." તથા ડાકટર શ્રી ભારતચંદ્ર વંદ્યોપાધ્યાય કૃત "સૂહૃત સંતાન." હિંદીમાં, પરમપુજય સ્વામીશ્રી દયાનંદ સરસ્વતી કૃત "સંસ્કારવિધિ" તથા "સત્યાર્થ પ્રકાશ." તથા વૈદક રહસ્ય માટે સારંગધર સંહિતા, અમૃતસાગર તથા શ્રીયુત જટાશંકર લીલાધર કૃત

"ઘરવૈદુ," વિગેરે વિગેરે જુના મોટા ગ્રંથો તથા મારા કેટલાક મિત્રોએ, તેમાં ખાસ કરીને અમરેલીના રા. ત્રિભુવન હરખજી માસ્તરે આ સંબંધમાં કેટલીક કિંમતી સુચનાઓ તથા પોતાની પાસેની ઘણી અમુલ્ય વૈદ્યક નોટો આપી છે તે બદલ તે સર્વે મહાશયોનો અંતઃકરણ પૂર્વક આભાર માનું છું. વાચક મહાશયને વિનંતિ કે,. આ પુસ્તકમાં હસ્તદોષ, નજરદોષ, વા કોઇ વિષયમાં અભિજ્ઞતાના લીધે ભૂલો નજરે પડે તો તે સુધારી વાંચવા કૃપા કરશો.

જેયેષ્ટ ૧૯૬૨,
મુકામ—મોટા આકડીયા
કાઠીયાવાડ.

બાલભાઇ જમનાદાસ વૈશ્ય
કર્ત્તા.

શુદ્ધિ પત્ર.

નીચેની ભૂલો પ્રથમ સૂધારીને વાંચવાનો આરંભ કરવો.

પૃષ્ટ.	લીટી.	અશુદ્ધ.	શુદ્ધ.
૧	૨	ગુણુયામશારદ:	ગુણુયામશારદ:
૨	૫	ઋણુ,	ઋગ્ણુ.
૩	૧૦	આધકાર.	અધિકાર.
૬	૮	તેમજ.	પ્રકારે.
૬	૨૦	યત્ર.	યંત્ર.
૮	૧૪	ત્યા.	ત્યાં.
૧૧	૮	હતા.	હતી.
૧૪	૩	ઉતતો.	ઉતરતો.
૧૫	૯	શારિરશાસ્ત્રી.	શારિરશાસ્ત્ર.
૧૫	૧૨	ને.	તે.
૧૫	૧૮	(તે નાદાન બાળકી)	(તેનાદાનબાળકો)
૧૫	૨૨	વાંઠાના.	વાંઢાના.
૨૨	૧૭	લાભવશ.	લોભવશ.
૩૩	૭	સ્ત્રીના.	સ્ત્રીની.
૩૪	૧	પાવત્ર.	પવિત્ર.
૩૫	૯	થયાના.	થયાનાં.
૩૭	૨	આયુષ્યવાન.	આયુષવાળાં.
૪૩	૧૨	બલકુલ.	બિલકુલ.
૪૫	૧૬	પીલી.	પીળી.

૪૭	૬	પહેલા.	પછી.
૪૮	૧	મંડળની.	મંડળ.
૪૯	૪	વાંચવામાં.	કહેવામાં.
૫૨	૯	સટે.	સાટે.
૫૨	૧૨	શુદ્ધ.	શુદ્ધાં.
૫૭	૫	અરંડેલ.	એરંડેલ.
૫૭	૬	ગુદાદ્વારી.	ગુદાદ્વારા.
૫૭	૧૭	સંકોચાશે.	સંકોચાય છે.
૫૮	૨૮	અસ્ભાવિવક.	અસ્વાભાવિક.
૬૦	૧૬	સુદ્ધિમાં	શુદ્ધિમાં.
૬૦	૧૭	પડયા.	પડી.
૬૦	૨૦	ચિતં.	ચતા.
૬૧	૧૪	ફ્રીમેલલાસ.	ફ્રીમેલગ્લાસ.
૬૨	૨૩	ઘરના.	ઘરનો.
૬૨	૨૪	વખને.	વખતે.
૬૩	૪	પોષ્ટિક.	પૈાષ્ટિક.
૬૬	૧૬	**ઓ૩મ્.**	**ઓ૩મ્. શબ્દ લખવો.**
૬૮	૨૩	નુકશાન.	નુકશાનથશેનહીં
૭૦	૧૪	સુખતો.	સુખનો.
૭૨	૨૦	માતાને તેમ બાળકને બંન્નેને.	માતાનીતેમબાળકનીબંન્નેની.
૭૩	૨૧	ઓરડામ.	ઓરડામાં.
૭૪	૧૮	મહિનની.	મહિનાની.

૭૯	૧૯	એ કસેશે.	અક્સેશે.
૮૪	૧૯	વર્ત્તારે.	વર્તાશે.
૮૫	૬	અધિકારી.	અંકારી.
૯૦	૨૦	તેમાંની.	તેમાંથી.
૯૩	૮	ચાંદ.	ચાંદી.
૧૦૪	૧૭	થાય કરે છે.	થયા કરે છે.
૧૦૫	૧	ગર્ભાભાન.	ગર્ભાધાન.

સાંકળીયુ.

॥ ओ३म् ॥

गर्भाधान विधि.

પ્રકરણ ૧ લું.

વિનયોપહાર.

तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्। पश्येम शरदः शतं जीवेम शरदः शतं शृणुयाम शरदः शतं प्रब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतं भूयश्च शरदः शतात्॥ ४॥ य० ३६ मं २४॥

सन्तुष्टो भार्यया भर्त्ता भर्त्रा भार्या तथैव च। यस्मिन्नेव कुले नित्यं कल्याणं तत्र वै ध्रुवम् ॥ मनु ३ । ६१ ॥

"જે બ્રહ્મ સર્વનો દૃષ્ટા, ધાર્મિક, વિદ્વાનોનો પરમ હિતકારક તથા સૃષ્ટિના પૂર્વ પશ્ચાત અને મધ્યમાં સત્ય સ્વરૂપથી વર્તમાન રહે છે, અને સર્વ જગતનો રચનાર છે, તેજ બ્રહ્મને આપણે લોકો સો વર્ષ સુધી જોઇએ, જીવીએ, સાંભળીએ, તેજ બ્રહ્મનો ઉપદેશ કરીએ અને તેની કૃપાથી કોઇના આધિન ન થઇએ; તેજ પરમેશ્વરની આજ્ઞા પાલન અને કૃપાથી સો વર્ષો ઉપરાંત પણ આપણે લોકો જોઇએ-જીવીએ, સાંભળીએ, સંભળાવીએ અને સ્વતંત્ર રહીએ. અર્થાત્ આરોગ્ય શરીર, દૃઢેન્દ્રિય, શુદ્ધ મન અને આનંદ સહિત હમારો આત્મા સદા રહે!" અસ્તુ.

"જે કુલમાં ભાર્યાથી ભર્ત્તા અને ભર્ત્તાથી ભાર્યા સારે પ્રકારે પ્રસન્ન રહે છે, તેજ કુલમાં સર્વ સૈાભાગ્ય અને ઐશ્વર્ય નિવાસ કરે છે. જેમાં કલહ હોય છે ત્યાં દૌર્ભાગ્ય અને દારિદ્ર સ્થિર થાય છે. (અર્થાત ઉપરોક્ત સુખ મળતું નથી.)" આપણી હાલની હીન, ક્ષીણ, ખર્વ, દુર્બલ, ભીરૂ, ઋણ, નિરૂદ્યમી અને નિરૂધ્યવસાય હાલતને લીધે "કા પુરૂષ" ની ગણત્રીમાં આવી લાગ્યા છીએ. આ કલંક દુર કરવા આપણા સમાજમાં પ્રથમ "**વિશુદ્ધ વિવાહ પદ્ધતિ**" પ્રચલિત થવાની ખાસ જરૂર છે. અન્યથા દેશની ઉન્નતિ અસાધ્ય છે. બંદુકના અવાજ વા ભયના સમાચારથી જ જે પ્રજાનાં હૃદય થરથરી જાય છે–ઘરમાં ટપોટપ ભરાઈ જાય, તે પ્રજા દેશના રક્ષણ–ઉદ્ધાર માટે ઉપયોગી થશે તે શંકાજ છે. જે પ્રજા, પોતાની શારિરીક, માનસિક બળની નબળાઇને લીધે ધર્મની વ્યાખ્યા પોતાને બંધ બેસ્તી કરી લેવા શુરી પુરી બની છે. તો સ્વમાન, સ્વદેશના રક્ષણ માટે યાહોમ કરી ઝંપલાવવા–સ્વધર્મ બજાવવા ઉદ્યત થશે એ આશા રાખવી ભ્રમ માત્રજ છે. જે પ્રજા પોતાના મ્હોનો ગ્રાસ સુદ્ધાં ખુંચાવી લે તો તે ભલે પણ પોતાની નબળાઇને લીધેજ માત્ર "નમ્રતા" "સહન શિલતા"ના પરમ ગુણનિધાન હોવાનું ડોળ દેખાડનાર બની પોતાની સ્ત્રી, બ્હેન, વા માતાનું સતીત્વ ભંગ થતું પ્રત્યક્ષ જુએ છતાં ઉશ્કેરાતા નથી, કારણ રક્ષણ કરવા અસમર્થ છે. અને આંખ આડા કાન કરી, થયું ન થયું થવાનું નથી એમ વાણીઆગત્ કરી મનવાળી બેશી રહે છે. હજારો પ્રકારના અર્થકષ્ટ હોવા છતાં પરદેશ ગમન કરી નવીન નવીનં ધંધા રોજગાર કરી, ધન ઉપાર્જનની સ્પૃહા સ્વર્ગમય સુખ ભોગવવી થતી નથી; અને

નિવૃત્તિ માર્ગનો ખોટો ઉપયોગ કરે છે. જે જાતિમાં પોતપોતાના ધર્મ અને સુખ સ્વચ્છંદતા નિમિત્ત સમુચિત યત્ન અને ચેષ્ટાની શુન્યતા છે, અને વળી જે જાતિમાં અર્ધાંગ સ્વરૂપ—સ્ત્રી વર્ગને સામાન્ય જ્ઞાન ગુણથી પણ રહિત—મૂર્ખ રાખવામાંજ પોતાના લાભ સમજે છે, તે જાતિની ઉન્નતિની આશા રાખવી એ સર્વથા આકાશ કુસુમવત્‌જ છે.

માટેજ કહેવું પડે છે કે, જેનામાં ઉપયુક્ત જ્ઞાન નથી, વા ધનબળ નથી, યથાયોગ્ય ગૃહસ્થાશ્રમ ચલાવવા જેટલું જ્ઞાનબળ મેળવવા આધાર નથી, ઉત્તમ કાર્ય કરવા સાહસિકતા નથી, બુદ્ધિ નથી, અધિકાર નથી, સંતાનનું રૂડી પ્રકારે લાલનપાલન અને શિક્ષા પ્રદાન માટે સાધનો પુરા પાડવા શક્તિ નથી, સારાંશમાં જીવન યાત્રા નિર્વાહ અર્થે ઉપયોગી અગણીત જરૂરનાં સાધનો પ્રાપ્ત કરવા અર્થબળ નથી, આવી અવસ્થામાં લગ્ન કરવું એ પોતે પોતાને તથા પોતાની પ્રિયતમા ભાર્યા અને ભવિષ્યમાં થનાર સંતાન સંતતિને પારાવાર દુઃખ અને દુર્ગતિ ભોગવવા દીવો લઈ કુવામાં નાંખવા જેવુંજ છે. મનુષ્ય, સાવધાન ! સાવધાન ! આવું જીવન ભારે પશ્ચાતાપ, ક્લેશ, કંટાળા, અને દુઃખ રૂપ છે. તે પોતાને હાથેજ વ્હોરી લેતા પહેલાં જરા પણ સમજણ ધરાવતા હે મનુષ્ય, સંભાળ ! સાવધાન થા ! વિચાર કર ! પાછળથી હાથનાં કર્યાં હૈયે વાગશે ! દુઃખ સાગરમાં ડુબીશ ! તારનાર કોઈ નહીં મળે ! અંતે ક્ષીણ, રુગ્ણ બનીને અકાળે મૃત્યુના ભોગ થવું પડશે. જેમ કોઈ પોતામાં સામર્થ્ય હોય છે તોજ ઘોડા, ગાડી, હાથી, નોકર, વાડી, બંગલા આદિ સુખ વૈભવનાં સાધનો રાખે છે, અન્યથા કદાપિ નહીં. તેવીજ રીતે તું પણ

તારામાં પરણેલ જીંદગી સુખમય બનાવવાનું સામર્થ્ય હોય તોજ પગલું ભરજે. નહીંતો સાવધાન! રખેને તેમાં ફસતો! નહીંતો અસહ્ય ક્લેશ અને દીર્ઘ નિઃશ્વાસથી રીબાઈ રીબાઈ સતત્ અનુતાપથી દગ્ધ બની મનુષ્ય સંસારમાં હાંસીનો વિષય–મૂર્ખ બનીશ. એ ખુબ ધ્યાનમાં રાખજે કે, આવા ત્રિવિધ તાપોની જ્વાલાગ્નિમાં પોતે પોતાને તથા સાથે એક નિર્દોષ બાળિકા–પોતાની ભવિષ્યની સ્ત્રીને તથા ભાવિ સંતાન સંતતિને હોમી ભસ્મિભૂત કરવા કરતાં પોતાનામાં સામર્થ્ય ન હોય તો અવિવાહીત જીંદગી લાખો દરજ્જે આનંદકારી છે.

પ્રકરણ ૨ જું.

વિશુદ્ધ વિવાહ પદ્ધતિ.

वेदानधीत्य वेदौ वा वेदं वापि यथा क्रमम् ।
अविप्लुतब्रह्मचर्यो गृहस्थाश्रममाविशेत् ॥ मनुस्मृति ॥
ब्रह्मचर्येण कन्या युवानं विन्दते पतिम् ॥ अथर्ववेद ॥

જ્યારે યથાવત્ બ્રહ્મચર્ય પાળી આચાર્યાનુકુળ વૃત્તિ, ધર્મથી ચારે, ત્રણ કે બે, અથવા એક વેદ સાંગોપાંગ ભણે તથા જેનું બ્રહ્મચર્ય ખંડિત ન થયું હોય તે પુરૂષ વા સ્ત્રી ગૃહસ્થાશ્રમમાં પ્રવેશ કરે. (અન્ય નહીં)

"જેમ પુરૂષ બ્રહ્મચર્ય સેવનથી પૂર્ણ વિદ્યા અને સુશિક્ષાને પ્રાપ્ત થઈને યુવતિ વિદુષી પોતાને અનુકૂળ પ્રિય સદૃશ સ્ત્રીઓની

સાથે વિવાહ કરે, તેમજ કન્યા પણ બ્રહ્મચર્ય સેવનથી વેદાદિ શાસ્ત્રોને ભણી પૂર્ણ વિદ્યા અને ઉત્તમ શિક્ષાને પ્રાપ્ત યુવતિ થઈ પૂર્ણ યુવાવસ્થામાં પોતાને સદ્દશ પ્રિય વિદ્વાન પૂર્ણ યુવાવસ્થાયુક્ત પુરૂષને પ્રાપ્ત થાય."

દુનિયાંની સઘળી જાતિઓ કરતાં આપણા ગુજરાતમાં અતિ નાની ઉમ્મરમાંજ લગ્ન કરવામાં આવે છે. કેટલા ખેદની તથા આશ્ચર્યની વાત છે કે, વિદ્યાભ્યાસમાં તો ભીખારીવેડા કરવા પરવડે છે પણ દેવું કરીને, વા ધન સંગ્રહ કરીને લગ્ન કરી નાંખવા તરફ દ્રઢાગ્રહ હોય છે. તથાપિ એ અનુમાન ઉપર આવવાની નફટાઈ તો નથીજ કરી શકાતી કે, આ દેશના લોકોની નસોમાં પૂર્વના વિપુલ ચરિત્રશાળી પૂર્વજોનું લોહી થોડા અંશમાં પણ વહેતું બંધ પડ્યું હોય. તેથીજ આશા કરી પ્રાર્થના કરવા આ તક હાથ લેવાનો સુદિન પ્રાપ્ત થયો છે. હે વાંચક! સુશિક્ષાને પ્રાપ્ત થઈ પૂરતો અર્થ સંચય થયા શિવાય તેમજ લગ્ન માટે યોગ્ય ઉમર પ્રાપ્ત થયા વગર લગ્ન કરવું એ સર્વથા મહા અનર્થ કર્ત્તા—ભવિષ્યની સર્વ આશાઓને ધુળધાણી કરવા માટે પુરતું કારણ છે, એ જગતના ઇતિહાસ પરથી સ્પષ્ટ જણાય છે. જગતના વિજ્ઞાન શાસ્ત્ર પ્રણેતા—લોક હિતૈષી મહર્ષિગણો પોકારી પોકારીને કહે છે કે, "મનુષ્યજાતિનું જેટલું શ્રેષ્ઠ બ્રહ્મચર્ય તેટલોજ ઉચ્ચાધિકાર પ્રાપ્ત કરવાનો તેનો જગતમાં હક્ક છે." અર્થબળ, જ્ઞાનબળ, મનોબળ, હૃદયબળ એક માત્ર શરીરબળ ઉપર આધાર રાખે છે. રોગી, દુર્બલ, અશક્ત મનુષ્યો કદી પણ અન્ય બળ પ્રાપ્ત કરી શકે એ માનવું વા આશા કરવી અજ્ઞાનતા મૂર્ખતાનું કારણ માત્ર છે. મનુષ્ય શરીરની રચનાજ એવી છે. અને તે

આધારેજ જગતના આર્યાચીન તથા પ્રાચીન તત્ત્વજ્ઞ પંડિતોએ એક મતે ઠરાવ્યું છે કે, ૨૫ વર્ષની ઉમ્મર અગાઉ શરીરનું બંધારણ સંપૂર્ણ બંધાઈ રહ્યું હોતું નથી. તે ક્રિયા ચાલુ હોય છે. ૩૦ વર્ષે સુધીમાં સુદૃઢ સંપૂર્ણ રૂપમાં બંધાઇ રહે છે. આ શરીર બંધારણના પ્રમાણમાં જ ઓછી વત્તી શક્તિ સંપાદન થયેલી જોવામાં આવે છે. શરીરનું બંધારણ સંપૂર્ણતાને પહોંચ્યા પછી જ તેને વ્યવહારમાં મૂકયું હોય તો પરિણામ સર્વ તેમજ સર્વ અભિષ્ટ સુખદાતા નિવડે છે. જે વખતે શરીર બંધારણની ક્રિયા ચાલુ હોય તેજ અવસરે શરીરના બંધારણને માટે પરમ આવસ્યકીય મહા અમુલ્ય તત્ત્વોનો નાશ કરવાનો જ ક્રમ આરંભવામાં–ચાલુ રાખવામાં આવ્યો હોય તો તેના પરિણામ માટે દૃષ્ટાંત રૂપક ભૂતળના સર્વ ભાગો કરતાં આપણો ગુજરાત દેશ નમુના રૂપે તૈયાર છે.

શરીરના બરડાની કરોડ મેરૂ દંડ રૂપ છે. આ કરોડના હાડ નિદાન ૩૦ વર્ષે પૂર્ણ રીતે રચાઈ–બંધાઈ તૈયાર થાય છે. તે આગમચ શરીર ક્ષય કરવાથી શિઘ્ર વૃદ્ધાવસ્થા આવી શેવામાં હાજર થાય છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં મેરૂદંડ–પીઠ તેમજ મસ્તક ઝુકી પડે છે. શરીરનું હાડપિંજર પૂર્ણ રૂપે બંધાયા પહેલાં એટલે મજબુત થયા પહેલાં શરીર ક્ષય કરવાથી વક્ષસ્થલના ભાગો પ્રશસ્ત થવા પામતા નથી, આથી શ્વાસ યંત્ર પૂર્ણ પણે ફેલાવા પામતાં નથી; આથી રક્ત શોધન તેમજ રક્તના કાર્યમાં પણ ભારે હરકત કર્ત્તા થઈ પડે છે. પેટના અધોભાગ (પેઢાં) ના અસ્થિ પણ ૨૫ વર્ષેજ પૂર્ણ રીતે બંધાઈ રહે છે. તે આગમચ શરીરનો ક્ષય થાય તો પેઢું પ્રશસ્ત થવા પામતું નથી. જેથી સંતાન વામન કદ–રૂપ બંધાય

છે. (પુરતી જગા ન હોવાને લીધે) અને તેથી પ્રસવ કષ્ટદાયી અને અનેક અનર્થો માટે કારણભૂત નિવડે છે. મગજ-(માસ્તિષ્ક) ૨૫ થી ૩૦ વર્ષ સુધીમાં પૂર ઝડપથી વૃદ્ધિ પામે છે, અને ૩૦ થી ૪૦ સુધીમાં ધીરે ધીરે વધે છે. આ રીતે પ્રાયઃ ૪૦ વર્ષની ઉમ્મર થાય ત્યારેજ માષ્તિષ્કની પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય છે. માષ્તિષ્કનો એક ભાગ પાછળથી મેરૂદંડ-કરોડ સાથે પણ જોડાએલો છે. માષ્તિષ્ક અને મેરૂદંડના મધ્યમાં માષ્તિષ્કમાંથી જે કેટલાક સુત્રોનું જોડાણુ થયેલું છે, તેને સ્નાયુ કહે છે. આ સ્નાયુ વડે જ ઇંદ્રિય ગ્રાહ્ય જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનું, તેમજ ઇચ્છાનુસાર શરીરનું સંચાલન કરવાનું બની શકે છે.

શ્વાસ, પ્રશ્વાસ, ભૂક્ત વસ્તુની પરિપકવતા, તેમજ નિર્વાહ માટે ખાદ્ય દ્રવ્યના સારાંશ, શોષણ અને ગ્રહણ વીગેરે જીવન રક્ષાના અનિવાર્ય કાર્યસકળ સ્નાયુની સાહ્યતા વડે જ બની શકે છે. શરીરનો ક્ષય કરવાથી માસ્તિષ્કની પુષ્ટી થતી અટકે છે. એટલું જ નહીં પણ મેધા, ધારણા, અને ચિંતાશક્તિ વીગેરે માનસિક શક્તિની અલ્પતા અને દૂર્બલતા થાય છે. તેમજ સ્નાયુ પણ દૂર્બલ અને શિથિલ થઇ પડે છે. પરિણામમાં સમસ્ત ઇંદ્રિય અને સર્વ શરીર શિથિલ અને દૂર્બલ બની અનેક રોગોનું ઘર બને છે. એ સિદ્ધાંત જ છે કે, સંયમતાના તારતમ્ય અનુસાર શિઘ્ર વા વિલમ્બે શરીર અકર્મણ્ય અને મૃત્યુ મુખમાં પડવાનો આધાર છે.

આ સર્વ ઉપરથી સર્વ કોટીના મનુષ્યોને સુસ્પષ્ટ જણાઈ આવશે કે, શરીરની પૂર્ણતા થયા વગર, કાંતો લગ્ન કરીને વા તેવાજ શરીર ક્ષયની કાર્યમાં લિપ્ત થવાથી શરીર સર્વાંગે સંપૂર્ણ

તેમજ સુંદર થવા પામતું નથી. એટલું જ નહીં પણ કુદરતી સૌંદર્ય અને બળ-વિર્ય ન હોવાથી જીવન વ્યાપાર સફળ કરવા તેમ દિર્ધાયુ થવા ભાગ્યશાળી નિવડાતું નથી. એટલું જ નહીં પણ જીવન વ્યર્થ ભારરૂપ-કંટાળા રૂપ-દુખ રૂપ થઇ પડે છે, અને પંડિત રોસકોના કથ્યા પ્રમાણે:—

" *Born but to weep, and destined to sustain,*
A youth of wretchedness, an age of pain."

એટલે રોવાને માટે જ જન્મેલ, અને દુઃખ સહન કરવા માટે જ નિમાર્ણ થયેલ, કંગાલીયત ભરેલી જુવાની ગુજારવા અને ઉમ્મર આખી પીડા ભોગવવા વાળી પ્રજા ઉત્પન્ન થાયછે.

માટે, દેશનો ઉત્કર્ષ—ઉદ્ધાર ઇચ્છતા જનોએ વિવાહ પદ્ધતિ એવી રીતની ગોઠવવી જોઇએ છે કે, લગ્નનો હેતુ-શારીરિક સંબંધ અનેક પ્રકારે સ્ત્રીની ૧૫ થી ૨૦ અને પુરૂષની ૨૦ થી ૨૫ વર્ષની (મધ્યગ) વયે જ થવા પામે, ત્યા સુધી સ્ત્રી પુરૂષ બ્રહ્મચર્યવ્રત ધારણ કરી વિદ્યા સંપાદનના કાર્યમાં પ્રવૃત્ત રહે.

આ સંસાર યાત્રા માટે નિમાર્ણ થયેલા રથના ચક્રની સમાનતા તેમજ યોગ્યતા હોવી અનિવાર્ય છે. અસમાનતા વા અયોગ્યતા એ યાત્રાની સફળતા માટે સર્વથા વણખા જ છે. તેમાં વળી આ દેશની સ્ત્રીઓની શોચનિય અધમ અવસ્થા સંસાર આખામાં ઉત્તમ દૃષ્ટાંતનું સ્થળ છે. સ્ત્રી જાતિ ઉપર એક ગૃહિણી તરિકેનો, માના તરિકેનો, અતિ ભારે જવાબદારી ભરેલો ને સાથે અતિ ગૈારવશાળી ભૂષણાસ્પદ ભાર-અધિકાર કુદરતે અર્પિત કરેલો છે. પરંતુ આ સંબંધમાં આપણા દેશની સ્ત્રીઓને કેટલું ભાન છે તેનું અનુમાન કાઢવાનું કેવળ અસાધ્ય છે. આપણા દેશની સ્ત્રી

(કન્યા) ને પોતાની અવસ્થાનું, ધર્મનું, જવાબદારીનું લેશ પણ ભાન-જ્ઞાન હોતું નથી. કેવળ અજ્ઞાન-નાદાન હોય છે, ત્યારથી જ ચોપગા જાનવરની માફક નાથી નાખવામાં આવે છે. મનુષ્ય અનુકરણ એટલે દેખાદેખી કરનારૂં પ્રાણી છે, તેમાં એક તો નાદાન અવસ્થા, ધર્માધર્મનું, સારાસારનું કાંઇ ભાન હોતું નથી, તે અરસામાં લગ્ન થઇ જવાથી, મૂર્ખ-અજ્ઞાન સ્ત્રી વર્ગની શીખવણીથી તેમ દેખાદેખી કરવાની મનુષ્ય પ્રાણીની સ્વાભાવિક ટેવ પ્રમાણે અકાળે સ્ત્રી વેશમાં આવવા, પહેરવા ઓઢવાનો તેમજ સંસાર લ્હાવો લેવા, ને વળી અધૂરામાં પૂરૂં "માતા" થવા તલ પાપડ થઈ વલખાં મારે છે. દેશની સ્ત્રીઓની આવી ટુંકી નજર હોવાથી દેશમાં સુપુત્રોની આશા રાખવી એ રેતીના પાયા ઉપર ઘર ચણવા જેવું છે. વ્હાલી બ્હેનો! તમને સંસારનો લ્હાવો લેવો શરૂઆતમાં તો ઘણો મજાનો લાગેછે, અજ્ઞાનતાથી તમે વિષય વાસનામાં ગુલતાન બનોછો, તેમાં ન્યૂનતા જણાતા વખતે સ્વેચ્છાચારી અને સ્વચ્છંદી પણ બનો છો. આ સર્વ ધીંગાણામાં તમારો પતિ જે તમારા આખા જન્મ સુધીના તમારા સર્વ સુખનો એક માત્ર આધાર છે. તેને સત્વહિન બનાવી મૂકો છો, આ સર્વનું પરિણામ તમને મોટપણે જણાય છે-અપાર દુઃખ ભોગવવાં પડે છે-પશ્ચાતાપ થાય છે. શરૂઆતમાં રાત્રિ દિવસ વિષયક્રિડામાં મસ્ત રહેવાથી તમને પોતાને તેમજ તમારા પ્રાણાધાર પતિને કવખતે ઘડપણ અવસ્થામાં લાવી મૂકો છો. અનેક દુઃખદાયી રોગોના ભોગ થઇ પડો છો. અને ખરી જુવાનીમાં ગાત્ર નરમ પડેછે. ડાચાં બેશી જાયછે, કરચલીઓ વળે છે અને થનાર સંતાન પણ જન્મરોગી, નિર્બળ, બુદ્ધિહીન, અલ્પાયુ બને છે. માટે આ પુસ્તકમાં લખ્યા પ્રમાણે

હવેથી પણ બ્રહ્મચર્ય પાળી સુનિયમ પૂર્વક વિહાર કરવા ખંત રાખવામાં આવશે, તેા ઉપરના કેટલાક ભાગના દેાષેામાંથી મુક્ત થઈ આ સંસારનાં સુખ ભેાગવવા ભાગ્યશાળી બનશેા! જુવેા, મહાત્મા તુળશીદાસ—જે જગત્માં કવિ શિરેામણી તરિકે ઇશ્વરના પરમ્ ભક્ત તરિકે મેાટી પદ્વીને પામ્યા તે કેાના પ્રતાપે? તે તેમની પત્નિનેા જ પ્રતાપ હતેા. કથા એવી છે કે:—તુળસીદાસ પેાતાની જુવાનીના દહાડામાં એટલા તેા વિષયાસક્ત હતા કે, પેાતાની સ્ત્રીની ઘડી એકની પણ ગેરહાજરી અસહ્ય હતી. બસ, રાત્રિ દિવસ વિષય વાસનામાં જ ધ્યાન. એક વખતે તેમને (તુળશીદાસને) સાસરે લગ્ન પ્રસંગ હેાવાથી, પેાતાની ગેરહાજરીમાં તેમની માતાએ પુત્ર-વધુને તે પ્રસંગે પીયર મેાકલી. તુળસીદાસ સાંજે આવી જુવે છે તેા પેાતાની સ્ત્રી ઘેર મળે નહીં; ને માતાને પૂછતાં ખબર મળી કે તે પીયર ગઈ છે. તુળશીદાસ વિરહથી વ્યાકુળ બન્યા અને વગર વ્યાળુ કરે પેાતાનું શ્વસુરગૃહ જે કેટલાક મૈલને છેટે હતું તથા અંધારી રાત્રિ, રસ્તેા જંગલમાં થઇને એક બે નદીઓ પાર કરી જવાનેા હતેા, છતાં કશાનેા પણ ભય ન ધરતાં ઘેાડેશ્વાર થઇ તે તરફ બનતી ઝડપથી ચાલવા માંડ્યું. મધ્ય રાત્રિના સમયે પેાતાને સાસરે આવી પહેાંચ્યા. ત્યાં લગ્ન પ્રસંગ હેાવાથી ઘરમાં ઠેક ઠેકાણે સ્ત્રી પુરૂષેા સુતેલાં હતાં. છતાં તે કશાનેા વિચાર ન કરતાં પછીતની એક ઉઘાડી બારીએ એક ભૂજંગ બારીના દાંડે ચુડ ભેરવી લટકતેા હતેા, તેને દેારડું સમજી તે પકડી ઉપર ચડી જ્યાં પેાતાની સ્ત્રી ભર નિંદ્રામાં સુતી હતી ત્યાં જઇ પ્રેમાલિંગન કરી પેાતાના વિરહાગ્નિને શાંત કર્યો. સ્ત્રી પેાતાના પતિને આ કવખતે આ સ્થળે જોઇ ચકિત

થઇ! ઘણો સંતાપ થયો! બિચારી પતિભક્ત સ્ત્રી પતિને વધુ શું કહે? માત્ર નિચેનું વાક્ય કહ્યું:—

"धिक् धिक् तोहीं प्राण पियारे, चामहाड अति निरस हमारे.
एसो मन जो लागत रामै, तो सूधरत तिहारे सब कामै."

અહાહા!!! સાધ્વી સ્ત્રીના આ સુધાસમ પણ હૃદય ભેદી વાક્યે તુળસીદાસના હૃદય ઉપર કેટલી ઉંડી અસર કરી!! તુળસીદાસને પોતાનું ભાન થયું. અને જે પ્રેમ-ભક્તિ, એકાગ્રવૃત્તિ અત્યાર સુધિ આ ક્ષણિક સુખવાળા ચામ રસમાં અર્પિત હતા તે હવે પરમાનંદ સુખદાયક રામ રસમાં-પરમાત્માના ધ્યાનમાં એકત્ર કરી અક્ષય સુખનો લ્હાવો લેવા ઉત્સુક થયા. ત્યાંથી ચાલ્યા તે વનમાં જઈ શ્રી ભગવાનના ધ્યાનમાં લીન બન્યા. અંતે ઈશ્વર પ્રસાદ એવો મળ્યો કે પોતે, રામના પરમ ભક્ત તરિકે, એક મહાન્ કવિ તરિકે, તુલસીકૃત રામાયણ જે આખા જગતમાં પ્રતિષ્ઠાને પામ્યું છે તેના કર્ત્તા તરિકે મહાન્ પદ પામ્યા તે સર્વ તેમની સ્ત્રીના બોધનો જ પ્રતાપ હતો. માટે હે વ્હાલી બ્હેનો! આજકાલ હદ્ ઉપરાન્તની વધી પડેલી વિષય-વાસના જે અસંખ્ય અનર્થોનું મૂળ છે, તેને અટકાવી સુનિયમાનુસાર પ્રસંગ કરી ઉત્તમ સંતાન ઉત્પન્ન કરો. પૂર્વોક્ત મહાત્મા તુળસીદાસજીનું વાક્ય છે કે:—

"जनुनी जणे तो हरीजण, कां दाता कां शुर.
नहीं तो रहेजे वांझणी, मत गुमावे नुर."

માટે આ પ્રમાણે ટેક રાખી સુનિયમ પૂર્વક ગર્ભાધાન કરી નિર્વિઘ્ને પ્રસવ• થાય તેવા સર્વ ઉપાયો યોજી તેમાંથી આનંદ

પૂર્વક છુટા થઇ, સંતાનનું રૂડી પ્રકારે પાલણપોષણ કરી તેને સુવિદ્યાનું દાન આપી કૃત્ કાર્ય થાવ! પછી જુવો, આ સંસાર કેવો સ્વર્ગમય સુખ-આનંદનો ભર્યો લાગે છે. પૂર્વે આર્ય લલનાઓ બ્રહ્મચર્યના નિયમોને પૂર્ણપણે પાળી પોતાના ધર્મ સારી પેઠે સમજી ગ્રહસ્થાશ્રમમાં પગ મૂકતી હતી. તેથી જ કુલ દિપક, મહાબુદ્ધિશાળી, રણવીર, શુરવીર સુપુત્રોની માતાઓ થવા ભાગ્યશાળી બનતી હતી જરા ધ્યાન પૂર્વક શ્રી સીતાજી, દમયંતી, સાવિત્રી, દ્રૌપદી, મન્દોદરી, લીલાવતી, વિદ્યાધરી આદિ સતિ સ્ત્રીઓના જીવનચરિત્રોનો અભ્યાસ કરો! અને તેમના પગલે ચાલો! આ સંસારમાં આનદ મંગળમાં દિવસ પૂરા કરવાને બદલે તમે પાંખડી ધર્મમાં ફસાઈ ધર્મને નામે પાપાચરણમાં ફસાવ છો. આડોશીપાડોશી, સગાંવ્હાલાં, સાસુ, નણંદ, દેરાણીની સાથે સંપીને રહેવાને બદલે વંઠેલની માફક છુટથી વંઠો છો. મ્હોટા કંકાસ ઉભા કરો છો. લગ્ન પ્રસંગે ફટાણા ગાવ છો, આદિ અતિ નિંદ્ય કર્મ કરતાં શૂરીપૂરીઓ બનો છો, શું તમે પારસી, અંગ્રેજ કુટુમ્બ નથી જોતા? તે કેવા આનંદ-મંગળમાં દિવસ ગાળે છે. તેમનાં શરીર કેવાં સાજાં તાજાં છે. તેમના સંતતિ કેવી ગબરૂ છે. માટે હે બ્હેનો આંખો ઉઘાડો, અને સર્વ દુર્ગુણોને છોડી તમને અને તમારા પતિને અને સર્વ કુટુમ્બ મંડળને સુખ શાન્તિ થાય, આનંદોત્સાહ વધે અને દેશમાં લીલાલ્હેર થાય! માટે પતિને જ પરમેશ્વર તુલ્ય ગણી બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું સેવન કરી આગળ લખ્યા પ્રમાણે વિધિ પૂર્વક પતિ સંગ કરો જેથી સર્વ અભિષ્ટ સુખો પ્રાપ્ત થાય! અસ્તુ.

એ ખચિત સમજવું કે પ્રથમ પોતાનો પછી જ્ઞાતિનો અને

સાથે જ દેશ સમસ્તના ઉત્કર્ષનો. સચરાચર-સર્વ માન્ય આધાર નિરોગ, મનસ્વી, સબળ, શ્રમકુશળ, અગ્રગણ્ય અને સુનીતિ સંપન્ન પુરૂષ-પ્રકૃતિ-ક્ષેત્ર અને બી-નરનારીના ઉપર છે. જગત્ આખાની તો વાત રહી પણ આપણા ભારતવર્ષમાં જ અન્ય સ્થલોના જન સમાજમાં આપણા ગુજરાતના કરતાં વિશેષ તેજસ્વીપણું, ઉત્સાહ, સ્વાભિમાન, સાહસિકપણું, સ્વદેશાભિમાન આદિ ઉચ્ચ વૃત્તિઓ આપણે જોઇએ છીએ. તેનું મુખ્ય કારણ તેમની ઉચ્ચ " આહાર અને વિહાર " ની પદ્ધતિ એજ પ્રતિત થાય છે. આ-હાર જેટલો સાદો, તાજો, વિશુદ્ધ અને પૌષ્ટિક તેટલો જ તે શરીરને વિશેષ અનુકૂળ છે.

આ સંબંધી વિચાર, ઉત્તમોત્તમ સંતાન ઉત્પન્ન કરવા માટે એક પાયા રૂપ હોઇ સર્વ ઈષ્ટ સિદ્ધિઓને સહેજ સ્વભાવે સિદ્ધ કરી શકવા માટે અગત્યનો છે. પરંતુ દુર્ભાગ્યે તે તરફ આપણા દેશીઓનું કેવળ દુર્લક્ષ જ છે. અને તેથી ઉલટું, વિહાર એ ગુ-જરાતી પ્રજાનો સંસારમાં સર્વથી બહાર પડતો-મૂખ્યતમ મહત્વતા ભરેલો વિષય કેન્દ્ર થઈ પડયો છે. વિહાર-વિવાહ-લગ્ન, વિષય-વ્યાપાર પ્રાધાન્ય અને અન્ય ગૈાણ રૂપે મનાય છે. આ રૂઢી અન્ય જાતિઓના દૃષ્ટાન્તથી પણ આપણને અહિતકારી પ્રત્યક્ષ થતી હોવા છતાં, તેમ સૃષ્ટિ નિયમથી પણ કેવળ વિરૂદ્ધ હોવા છતાં આપણે આ રૂઢી પરંપરાના પાસમાં બંધાયેલા હોવાને લીધે પોતાના હાથેજ પોતાનો નાશ કરીએ છીએ. માટે જ્યાં સુધી " આહાર વિહાર " માટે આપણે અન્ય સભ્ય જાતિઓની નકલ*

* વિવેક બુદ્ધિ વડે.

નહી કરીએ ત્યાં સુધી દેશમાં બલીષ્ટ, બુદ્ધિમંત, પ્રતાપવંત, સાહસિક, નરરત્નોમો દુષ્કાળજ રહેવાનો. અને દેશ ઉન્નત્તિને બદલે વધારે ને વધારે અવન્નત્તિમાં ઉતરતો જશે-જાય છે તે આપણે પ્રત્યક્ષ જોઇએ છીએ. સ્ત્રીઓની કુવિદ્યા અને કુસંસ્કારના ભોગેજ દેશની અવનત્તિનો અને મૃત્યુ સંખ્યાનો વધારો થતો જાયછે. જો સ્ત્રીઓ, ગૃહિણી-તેમ માતા તરીકેના પોતાના ધર્મ રૂડી પ્રકારે જાણશે તોજ ભવિષ્યમાં થનાર સંતતિના સુખની અને સાથેજ દેશોદ્ધારની પણ આશા રાખી શકાશે. પરંતુ હાય! સ્ત્રીઓ પોતાની અજ્ઞાનતા-મૂઢતાને લીધે લાખો હત્યાઓની પાપભાગી બને છે. સંસાર ઉદયની ધૂળધાણી મેળવે છે, અને સાથે જ પોતાની ભવિષ્યમાં થનાર સંતતિના પણ તેજ હાલહવાલ કરે છે. આશા રાખવામાં આવે છે કે આ ગ્રંથને વાંચનાર સુજ્ઞ નરનારી ગણ, પોતાનો તથા પોતાના સંતાનના થતા સુખનો નાશ અટકાવવા, આ સર્વ હત્યામાંથી-દોષોમાંથી મૂક્ત થવા દૃઢ સંકલ્પ કરશે; અને દુર્બલ, નિસ્તેજ અને સ્વજાતિ સ્નેહશુન્ય સ્વાર્થાન્ધ-દેશબોળુ સંતાનનો વધારો કરી પોતાની, અને સ્વજાતિની અને દેશની વધુ દુર્ગતિનો વધારો કરશે નહી.

આપણા દુર્ભાગ્યની પરિશીમા સ્ત્રીઓની અજ્ઞાનતા વા મૂઢતાથી જ અટકતી નથી. સંસાર રથના બે ચક્ર-સ્ત્રી-પુરૂષ પૈકી એક, સ્ત્રી-માં થોડીઘણી ખોડ ખાંપણ હોય તો વખતે એકના આધારે બીજાને નભાવી લેવાનું બની પણ શકે. તેથી પણયાત્રા છેક નિષ્ફળ ન થતાં કંઇક આશા જનક દેખાય. પરંતુ જ્યારે આપણે આપણી સ્ત્રીઓની અધમ દશા સબંધી વિચાર કરી પુરૂષ મંડળ તરફ દૃષ્ટિ ફેરવીએ છીએ તો આ મંડળની સ્વાર્થ-

પરતા, નિષ્ઠુરતા, અધમતા આદિ. માટે એક્કો ખેદ ઉત્પન્ન થતો નથી ! આપણે "બાળલગ્ન" ને દેશને અધોગતિને પહોંચાડવા માટે મૂળ કારણ લેખીએ છીએ, પરંતુ સાથે એ પણ વીસરી જવું જોઇતું નથી કે ૩૫-૪૦-વા ૫૦ વર્ષનો કેવળ નિઃસત્વ બનેલ (કદાચ રૂષ્ટ પુષ્ટ હોય તેવો) વિધુર-વાંઢો પોતાની પુત્રી વા પૌત્રીની ઉમરની ૧૦-૧૨ વર્ષની એક નાની બાળકી સાથે સંસાર વ્યવહાર કરવા તૈયાર થાયછે, આ સૃષ્ટિ નિયમથી તેમ શારિરશાસ્ત્રીથી કેવળ વિરૂદ્ધ હોઈ એવું અનર્થ કર્ત્તા નથી. એક ખીલ્યા વગરની તો શું, પણ ખીલવાની સ્થિતિને આવી લાગવાના ઘણા પૂર્વે જ તેનું મર્દન કરી, અર્થાત્ ૧૦-૧૨ વર્ષની બાલકીના શરીરના અવયવો બંધાયા નથી હોતા, ગર્ભાશય, નિતંબસ્તન આદિ રચનાની કેવળ શરૂઆત જ છે તે વખતમાં ને કલી-રૂપ બાળીકા આ નિષ્ઠુર વિધુર વા વાંઢાના હાથમાં આવવાથી-તેનો ઉપમર્દ થવાથી તે બિચારી અજ્ઞાન-નાદાન બાળકીની ૧૪-૧૫ વર્ષની વયમાં જ યૂવાવસ્થાનાં તેમ બાકીની સર્વ અવસ્થાઓનાં સર્વ સુખ ધૂળધાણી મેળવે છે. આવી સ્થિતિમાં રહેતા ગર્ભ પણ કેવળ ભારરૂપ, કંટાલારૂપ-ગાંદલા-ટપકીઆ મોતવાલા, પ્રસવ સમયે-માતા ! (તે નાદાન બાળકી) નો મરણાન્ત સુદ્ધાં લાવવા કારણીભૂત બને છે. આવી સંતતિ જો કદાચ જીવવા પણ પામે છે, તો તે દુનિયામાં શું ઉકાલશે ? મતલબ કે કન્યાને અતિ નાની વયમાંજ પરણાવી તેને ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે ઉમરવાળા વિધુર વા વાંઢાના હાથમાં આપવાથી તેણીના શરીરના અંગોની ખીલવણી જે હજુ થવા પણ નથી માંડી તેનો ઉપમર્દ થાય છે. આવા કાચી વયના થએલા લગભગ બધા-લગ્ન-કન્યા તેમ થનાર બાળ-

કને ઘાતક જ નિવડેલા જણાયા છે. જો કે વખતે કન્યાને રૂતુઃ પ્રાપ્તી તેમ શરીરનાં કેટલાક અંગોની વૃદ્ધિ પણ થઇ હોય તો પણ તે "સાંસારિક સમ્બન્ધ" માટે યોગ્ય થઇ એમ કદી માની શકાતું નથી. કારણ, રૂતુઃ પ્રાપ્તી તેમ શરીરની વૃદ્ધિનો આધાર હવા પાણી તથા રહેવાની રીતભાત ઉપર રહેલો છે. ઘાડી વસ્તી વાળા શહેરની બાંધેલી અને રોગી હવામાં ઉછરેલી ૧૧ વર્ષની કન્યા કરતાં ગામડાની કન્યા શરીરે વધારે વૃદ્ધિ પામેલી હોય છે, પણ તે ઉમરે રૂતુઃ પ્રાપ્તિ થાય એ ચિન્હ સ્ત્રીપણામાં આવ્યાનાં ચિન્હ સમજવાં ખરેખર ભૂલ ભરેલું છે; કારણ આ રૂતુઃ પ્રાપ્તિ એ ખરો રૂતુઃ કાળ નથી, તેમ શરીરવૃદ્ધિ એ ખરી શરીરવૃદ્ધિ નથી. આ સમયે પતિયોગ (પાછળ બતાવ્યા પ્રમાણે વિધુર વા વાંઢા તો નહીં જ, તેવાઓએ તો પોતાની જ ઉમરની વિધવાથી આનંદ, સંતોષ માનવો જોઇએ) થાય તો પણ ગર્ભ તો તેણીને રૂતુઃ પ્રાપ્ત થયા પછી જ કેટલેક વર્ષે થાય છે જો કે, વૈદક સિદ્ધાંત છે કે રજોદર્શન થતાં જ ગર્ભ ધારણ શક્ય છે. તથાપિ શાસ્ત્રથી તેમ અનુભવ ઉપરથી એ સિદ્ધ થાય છે કે જનન શક્તિનો એટલો વ્હેલો ઉપયોગ કર્યાથી તે નિષ્ફળ નિવડે છે. એટલું જ નહી પણ ઘણું કુપરિણામ આણનારૂં છે. યોગ્ય કાળ આવતા પહેલાં પુરૂષે સ્ત્રી સંયોગ કરવાથી જેમ પુરૂષને વૃદ્ધાવસ્થા વહેલી આવે છે, તેથી પણ મહા ભયંકર પરિણામ સ્ત્રીને માટે ઝઝુમી રહેલું હોય છે. કારણ એક અંગ્રેજી કહેવત પ્રમાણેઃ—Early wed, Early dead

અર્થ—અર્થાત્ વ્હેલુ ખીલ્યું તે વ્હેલુ કરમાય.

તેજ પ્રમાણે મહાન કવિ શેક્સપીયર પણ કહે છે કેઃ—

"Things growing are not ripe untill their season"—મોસમ આવતા સુધિ ફળ મિઠાં થતાં નથી.

પ્રાણીઓમાં તેમજ વનસ્પત્તિઓમાં એ સામાન્ય નિયમ જ છે કે, ઋતુઃકાળ—મોસમ આવતા પહેલા ઉત્પન્ન થયેલ ફળ દોષ યુક્ત હોય છે. ઇંગ્લાંડના એક પ્રતિષ્ટિત અને અનેક મહા પદવીઓ ધારી ડૉકટરનું સત્તાવાર રીતે એ જ કહેવું છે કે "સ્ત્રીને લગ્ન (—સારીરિક સંબંધ) માટે લાયક થવાને, ખરી ઉમ્મર ૨૧ થી ઉપરની જ હોઈ શકે છે, અને આજ અવસર ખરેખરો સલામતી ભરેલો અને ઉચિત છે." તે જ પ્રમાણે ગ્રીક લોકોમાં સૌથી વધારે જ્ઞાની અને મહાન તત્વવેત્તા પ્લેટોનો પણ સિદ્ધાંત હતો કે "રાજ્યને ઉપયોગી થાય તેવા બાળકને સ્ત્રી પોતાના વીશમા વર્ષ પછી જ જન્મ આપી શકે છે." જો કે આ બધું આપણા આર્ય નીતિ રીતિ આર્ય શાસ્ત્રોના સિદ્ધાંતો આગળ કેવળ પિષ્ટપેશણ જેવું છે, તથાપિ જ્યારે હાલમાં દેશની સ્થિતિ કેવળ અધમ બની છે, તેથી જ આ વિષય ઉપર સર્વનું ધ્યાન ખેંચવા એક વાતને સિદ્ધ કરવા અન્ય દેશોના દાખલા પણ આપવાની જરૂર જણાઇ છે. તો આ વ્યવસ્થા કાર્ય રૂપે આપણામાં પ્રવર્ત્તવા પામે, તો જ દેશનો ઉદય થશે. એક નાની સરખી ક્ષુલ્લક નિશાની ઉપરથી દેશનો અમૂલ્ય ખજાનો—પ્રજા ઉત્પન્ન કરવા સ્ત્રી પુરૂષ પવિત્ર બંધનથી બંધાઈ, શારિરીક સમ્બંધ હેતુ જ લગ્ન કરવાનો નિવેડો થવો જોઇતો નથી. જેમ પુરૂષોમાં યૂવાવસ્થા થઇ એટલે દાઢી મુછો આવે-છે, વાણી બદલાય છે, શરીરના અવયવો સંપૂર્ણ રીતે બંધાઇ રહી કાયમ થયા હોય છે; તેવી જ રીતે સ્ત્રીઓમાં પણ શરીરનો ઉપલો ભાગ, નિતંબ, ગર્ભસ્થાન,

સ્નાયુ, હાડકા, વિગેરે શરીરના ઉપયોગી અવયવો પૂર્ણ દશામાં આવે ત્યારે જ તે યૂવતી કહી શકાય છે; ને ગર્ભધારણ માટે-મનોવાંચ્છિત સંતતિ ફળપ્રાપ્તિ માટે યોગ્ય થઈ ગણાય છે. અન્યથા તે સ્ત્રીને તથા ભાવિમાં થનાર ગર્ભને-બાળકને ભારે દુઃખ ખમવું પડે છે. ને આથી પરિણામે દેશમાં આવી સંતતિનો વધારો થવાથી દેશ પાછળ પડે તેમાં કાંઇ નવાઈ નથી. તો આશા છે કે, યૂવક યૂવતિઓ પોતાને ખરી યૂવાવસ્થામાં આવેલા જાણે ત્યારેજ શારીરિક સંબંધ-માં જોડાય; ત્યાં સૂધી બ્રહ્મચર્યવ્રત પાળી સતવિદ્યા મેળવવા સમય વ્યતિત કરે, એજ દેશોદયને માટે ઇષ્ટ છે.

પ્રકરણ ૩ જું.
વિર્યની ઉત્પત્તિ અને તેનું પ્રાબલ્ય.

वीर्यमूलं च जीवनम् ।

मरणं बिन्दुपतणात् । जीवनं बिन्दु धारणात् ॥

મનુષ્ય આહાર તરિકે જે ખોરાક ખાય છે વા પીએ છે, તે પકવાશયમાં થઈ જઠરાગ્નિદ્વારા આમાશય અર્થાત્ નાભિ અને વક્ષ:સ્થલના મધ્યમાં (પકવાશયમાં) પાચન થાય છે. તેમાંથી બે ચીજો ઉત્પન્ન થાય છે—એક પ્રાસાદાવ્ય રસ, અને બીજો કિટ્ટ એટલે મળ. આ પ્રાસાદાવ્ય રસમાં જે નિકૃષ્ટ મળનો ભાગ હોય છે તેમાંથી મળ, મૂત્ર, પરસેવો, વાત્, પિત્ત, કફ, આંખ, નાક અને કાન વિગેરેનો મેલ બને છે. અને રસના મધ્યમ જાતના મળ (કચરા) માંથી રૂવાંટી, વાળ, નખ વિગેરે ઉત્પન્ન થાય છે.

પ્રાસાદાબ્ય રસમાંથી લોહી ૧ દિવસમાં, લોહીમાંથી માંસ ૪ દિવસમાં, માંસમાંથી ચરબી ૪ દિવસમાં, ચરબીમાંથી હાડકાં ૪ દિવસમાં, હાડકામાંથી મજ્જા ૪ દિવસમાં અને મજ્જામાંથી શુક્ર અર્થાત્ સર્વ શરીરનો રાજા વિર્ય ૪ દિવસમાં ઉત્પન્નથાય છે. આ વિર્ય જેના ઉપર સર્વ શરીરનો આધાર છે, જે શરીર ધારણ કરવા માટે—જીવનનો આધાર—મુખ્ય વસ્તુ છે, તે ૩૧ દિવસે તૈયાર થઇને તેમાં અર્થાત્ "વિર્ય" માં જે સતાંશ ભાગ રહેલો છે, તેનું 'ઓજસ્" નામનું તત્ત્વ થાય છે. જે હૃદયબળ—અંતઃકરણ તથા બુદ્ધિ માષ્તિષ્ક આદિ શક્તિને પોષે છે. જેમ શેરડીમાં રસ, દહીમાં ઘી, તલમાં તેલ સ્વાભાવિક રીતે સદૈવ રહેલાજ હોય છે, તે પ્રમાણે શરીરને ટકાવી રાખવા સર્વનો આધાર વિર્ય પણ શરીરના સર્વ ભાગોમાં હસ્તી ધરાવે છે, તેથીજ મનુષ્ય જીવીત છે એમ કહી શકાય છે. જેવી રીતે ફુલની કળીમાં સુગંધ તો રહેલી જ છે પણ તે ખીલ્યા શિવાય આપણને સમજાતી નથી, તેવી જ રીતે શરીરનો રાજા વિર્ય પણ બાળપણમાંથી જ માતાના ગર્ભમાં હોય છે. તે, માતાએ કરેલા આહારના રસથી પાછળ બતાવ્યા પ્રમાણે વિર્યમાં પરિણામી જીવનનો હેતુ બને છે. પરંતુ વગર યુવાવસ્થા આવે તેની (વિર્યની) ઉપલબ્ધી થતી નથી. આ વિર્યના બળે કરીને જ મનુષ્ય હરેક જાતના બુદ્ધિબળનાં, તેમજ શારીરિક બળનાં કામ કરવા સામર્થ્યવાન થાય છે. જેમ વડના સૂક્ષ્મ બીજમાં ઉપરની કાચલીમાં મહાન વટ વૃક્ષ અત્યંત સૂક્ષ્મરૂપે રહ્યો છે, તેમ પુરૂષના વિર્યમાં મનુષ્યાકૃતિ, કાચલી કે સંરક્ષક પટ વિનાજ બહુજ સૂક્ષ્મરૂપે સ્થિત છે, તે સ્ત્રીના રજમાંથી તેને સંરક્ષક કાચલી

પ્રાપ્ત થાય છે તે પણ અત્યંત સૂક્ષ્મ ઇંડા જેવી હોય છે. આ કાચલી કે ઇંડું પ્રાપ્ત કરી વિર્યગત્ મનુષ્યાકૃતિ માતાના શરીરના રસથી પુષ્ટ થઇ ગર્ભમાં જ વૃદ્ધિ પામે છે. આ પ્રમાણે મનુષ્યનું શુદ્ધ વિર્ય જ ગર્ભનું બી-અને જીવનો પરમ હેતુ છે; અને શુદ્ધ રજઃ તેના સંરક્ષણ માટે તથા પોષણ માટે પરમ આવશ્યક વસ્તુ છે. આ પ્રમાણે ૩૦ વર્ષ સુધી શરીરનું બંધારણ બંધાવવાની ક્રિયા શરીરમાં ધમધોકાર ચાલુ રહેલી હોય છે. આ શારીરિક શાસ્ત્રના નિયમને આધારે જ આપણા પ્રાચિન ઋષી, મુનિ, મહાત્માઓએ બ્રહ્મચર્યાશ્રમ ઠરાવ્યો છે; કે જેથી શરીર બંધાવાની ક્રિયા શરૂ છે તે જ વખતમાં શરીરનું જેવી ઉત્તમ રીતે સંપોષણ કરવામાં આવ્યું હોય, કુદરતને તેની કૃતિમાં મદદ રૂપ બન્યા હોઇએ તો જ શરીર બંધારણ સર્વોત્કૃષ્ટ રીતે અતિ દૃઢ થઈ ભવિષ્યની જીંદગીમાં ઉપયોગી થાય. પરંતુ જે વખતે શરીર બંધાતું હોય, તે વખતે સુસંસ્કાર નાખવાને બદલે ઉલટા શરીરને જ તોડી નાખવા-અર્થાત્ મૂળ ઉપર જ પ્રહાર-સખ્ત પ્રહાર ચાલુ કર્યા હોય (બ્રહ્મચર્ય ભંગથી) તો આપણે જ હાથે આપણે આપણો ઘાત કરીએ છીએ, એટલું જ નહી પણ આપણાં ભવિષ્યનાં સર્વ સુખો, આનંદો ઉપર પાણી ફેરવીએ છીએ. વળી કાચા વિર્ય-અપકવ બીજથી ઉત્પન્ન થયેલી પ્રજા પણ કેવળ નિર્માલ્ય, અલ્પાયુ જન્મરોગી, બુદ્ધિહીન પેદા થાય છે. આ સર્વ ગુન્હા જે આપણે કરીએ છીએ તેની શિક્ષા આપણને ભોગવવી પડે છે. તે આપણે પ્રત્યક્ષ જોઇએ છીએ. સંસારમાં પરમેશ્વરના પવિત્ર કાયદાને-કુદરતના નિયમને ઉલ્લંઘી શરીરશાસ્ત્રના નિયમ વિરૂદ્ધ જે લોકોએ વર્તન ચલાવ્યું છે, તેને તેના ગુન્હાના પ્રમાણમાં શિક્ષા

થયા વગર રહી નથી અને રહેતી પણ નથી. માટે હે સુજ્ઞ વાચક ! જો દેશની દુષ્ટ રૂઢીબંધનને લીધે તમારૂં લગ્ન અજ્ઞાન દશામાં થયું હોય તો પણ ભૂલ્યા ત્યાંથી ફરી ગણવાની રીત પ્રમાણે હવેથી પણ ઉત્તમ સંતાન જે રીતે પેદા થઇ શકે, ભવિષ્યની સર્વે આશાઓ ધૂળધાણી ન મળે એ હેતુથી વિર્યનું રક્ષણ કરી, યથાવિધિ નિયમપૂર્વક ગ્રહસ્થાશ્રમનું પાલણ કરી વિધિપૂર્વક સ્ત્રી સંગ કરવા સંકલ્પ કરવો. આ નિયમનો મન, વચન અને સ્વપ્ને પણ ભંગ કરવા મનને નબળું-બાયલું ન બનાવવું. એમાં જ આપણી, આપણી જાતની, અને આપણા દેશની શોભા-મહિમાછે !

અસ્તુ.

પ્રકરણ ૪ થું.

રૂતુકાલ.

ऋतु स्नातां ना मेधाभिगच्छेत्.

સ્ત્રી જાતિને દેશના જૂદા જૂદા હવા પાણી તથા તન્દુરસ્તીના અનુસાર ૧૩ થી ૧૭ વર્ષની ઉમ્મર સુધીમાં રૂતુઃકાળ પ્રાપ્ત થાય છે. ૧૩ થી ઓછી વયમાં રજોદર્શન થવું એ રોગ વિશેષનું કારણ છે, અને તે ઘણું હાનીકર્ત્તા છે. અતિ ઉષ્ણ પ્રદેશમાં, વા તેવા સ્થળે રહેવાથી વા અતિ ગરમ ખોરાક ખાવાથી રજો દર્શન વહેલું થાય છે. શિત પ્રદેશમાં વસનારને અને અતિ તન્દુરસ્ત સ્ત્રીને યોગ્ય વયે એટલે ૧૫ થી ૧૭ વર્ષની વયમાં ને ૫૦ થી ૬૦ વર્ષની ઉમ્મર સુધી રજો દર્શન થાય છે. આ રજો-

દર્શન, એટલે એક પ્રકારનો મલીન રક્તશ્રાવ દર ૨૮ મે દિવસે ઘણે ભાગે તેજ વખતે ૩ થી ૫ દિવસ સુધીમાં ૧૦ થી ૧૫ તોલા જેટલો થાય છે. આથી વધુ શ્રાવ થવો એ સારૂં નથી. આ ૠતુઃકાળ પ્રાપ્ત થયા પછી જ સ્ત્રીના સર્વે અવયવો ફુલની માફક ખીલવા માંડે છે. અને ત્યાર પછી જ સ્ત્રી ગ્રહસ્થાશ્રમને લાયક થઇ એનું સુચિપત્ર છે. રજોદર્શન થયા પહેલાં કામવાસના રાખવાથી તેમ-પુરૂષ સંગ કરવાથી, ખીલ્યા વગરની કળીનો ઉપમર્દ કરવાથી જેમ ઉપભોગ કર્ત્તાને તેનો લાભ મળતો નથી, તેમ સ્ત્રી-કન્યાને માટે તો આખી જીંદગી રદ-બાતલ થઇ જાય છે. એટલું જ નહી પણ થનારી સંતતિ પણ કેવળ દુર્બળ અને ટપકીઆ મોતવાળી થાય છે. રજોદર્શન થયા પછી જ, એટલે ઓછામાં ઓછી ૧૮ વર્ષની ઉમર પછી જ સ્ત્રીનું શરીર ગર્ભ ધારણ માટે, ગર્ભના પોષણ માટે, અને ગર્ભના પ્રસવ માટે યોગ્ય ક્ષેત્ર તૈયાર થયું ગણાય છે: અને ત્યારથી જ સ્ત્રી ખરા કામ-કુતુહલને પ્રાપ્ત થાય છે, તેને ગ્રહસ્થાશ્રમનું ખરૂં ભાન થાય છે. બાકી તે શિવાયની તેની સર્વ ચેષ્ટાઓ વ્યર્થ-દેખાદેખી, બનાવટી વા લાભવશ હોવાથી મહાન હાની કર્ત્તા છે. માટે સ્ત્રીને રજો દર્શન થતા સુધી માતા-પિતાં વા વડીલના આશ્રયમાં રહી, પુરૂષ જેમ બ્રહ્મચર્ય પાળે છે તેમ બ્રહ્મચર્ય વ્રતથી રહી ભવિષ્યમાં સં-સાર રૂપી રથમાં જોડાવવા માટે, લાયક બનવા માટે, સદ્‌વિદ્યા, સદ્ધર્મ, ગ્રહસ્થાશ્રમના સર્વે વ્યવહારોનું—પતિ, સાસુ, સસરા, પ્રત્યેના પોતાના ધર્મ, શિશુપાલન આદિ અત્યાવશ્યક સદ્‌ વિ-દ્યામાં કુશળતા પ્રાપ્ત કરવી. સ્ત્રીના ભાવિ સર્વે સુખ-આનંદને માટે આજ પરમ વિદ્યા, પરમ ધર્મ, પરમ તપ, અને પરમવ્રત છે.

મિથ્યા પ્રપંચોમાં ફસાઈ ભવિષ્યના સર્વ સુખોનો નાશ થાય તે માટે સ્ત્રીએ બ્રહ્મચર્ય વ્રતના સુનિયમોનું રૂડી રીતે પાલન કર્યા પછી જ યોગ્ય વયે ગ્રહસ્થાશ્રમમાં પગ મૂકવો.

પ્રકરણ ૫ મું.

ગર્ભાધાન વિધિ.

ऋतुःकाला भिगामी स्यात्स्वदारनिरतः सदा ।
पर्व वर्जं व्रजेच्चैनां तद्व्रतो रतिकाम्यया ॥ मनु० ३ । ४५ ।

સ્ત્રી ક્ષેત્ર રૂપ હોઇ પુરૂપ બીજ રૂપે છે. તેના યોગ્ય કાળે સંયોગથી એટલે મનના સંકલ્પથી સ્ત્રી પુરૂષમાં રતિસંગ-કામ-ક્રિડાથી ગરમી ઉત્પન્ન થઇ વાયુને ઉત્તેજીત કરે છે, ત્યારે તે ગરમી અને વાયુના સંયોગથી વિર્ય પોતાનું સ્થાન છોડી સ્ત્રીના ગુહ્ય સ્થાનમાં પડી સ્ત્રીના રજથી મળી ગર્ભાશયમાં જાય છે, ત્યારે જ ગર્ભ સ્થિત થઇ યોગ્ય કાળે સંતાન ઉત્પન્ન થાય છે. તે ક્રિયા-વિધિને "ગર્ભાધાન વિધિ" કહે છે.

આગળ બતાવ્યા પ્રમાણે કુદરતના નિયમને અનુસરીને સ્ત્રીને, ઋતુઃશ્રાવના દિવસથી ૧૬ દિવસ સુધી તેણી જાતિના ભેદના પ્રમાણમાં ઓછા વત્તા પ્રમાણમાં પુરૂષની ઇચ્છા પ્રાપ્ત થાય છે. અને આ દિવસોમાં ગર્ભ ધારણ કરવાની સ્થિતિ પરિપૂર્ણ ખીલેલી હોય છે. ઋતુઃશ્રાવનો સમય પ્રસંગ કરવા માટે બીલકુલ વર્જ્ય છે. તે દિવસોમાં સ્ત્રીને કામનું જોર વિશેષ હોય છે, પણ પ્રસંગ ન કરવો. કારણ આ વખતે સ્ત્રીના શરીરમાંથી મલીન, દુર્ગંધયુક્ત

મળ-રૂધીરનો શ્રાવ થાય છે. વહેતા પાણીમાં ઘી નાખવાથી જેમ ઘી સ્થિર થતું નથી, તેમ રજોદર્શન સમયે પ્રસંગ કરવાથી ગર્ભ સ્થિર થતો નથી; તથાપિ જો કદી થઈ ગયો તો તે સંતાન દુષ્ટ સ્વભાવનો, કદરૂપ, દુર્બલ, બુદ્ધિહીન, રોગી આદિ દોષયુક્ત થાય છે. તે ઉપરાંત પુરૂષના બળ, બુદ્ધિ, આયુઃ, કાન્તિ તથા આંખના તેજનો નાશ થાય છે. માટે ઋતુઃશ્રાવના દિવસોમાં સ્ત્રીએ કોઇ પણ સજાવટ ન કરતાં, અર્થાત્ પુરૂષના મનને આકર્ષિત ન કરે એવી રીતે એકાંત સ્થળમાં, કંઈ પરિશ્રમ ન કરતાં સ્વસ્થ રહેવું. પુરૂષનું દર્શન સુદ્ધાં ન કરવું. ઋતુઃશ્રાવ બંધ પડે એટલે સ્નાન કરવું. જેને ઋતુઃસ્નાન કહે છે. આ ઋતુઃસ્નાન કરી સાધ્વી સ્ત્રીએ પોતાના પતિનું વા ઇષ્ટદેવનું દર્શન વા ધ્યાન ધરવું. તે વખતે જેવો ભાવ મનમાં હશે વા જેવી વસ્તુનું દર્શન થશે તેવા ગુણવાળો ગર્ભ થશે. ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે ઋતુઃકાળમાં પતિએ ભાર્યા પાસે જવું. કારણ કે સ્ત્રીને ગર્ભ રહેવાનો ખરો વખત પણ એજ છે. ઋતુઃકાળ વિત્યા પછી જેમ દિવસ વિત્યે કમળ સંકોચાઇ જાય છે તેમ સ્ત્રીનું ગર્ભાશય બંધ થઇ જાય છે, તે પછીનો સંયોગ મિથ્યા યોગ ગણાય છે, અને વિર્ય નિષ્ફળ જાય છે. પૂર્ણિમા, અમાસ, ગ્રહણ વા કુનક્ષત્રમાં, તેમજ મધ્યરાત્રિ પ્રાતઃકાળ, મધ્યાન, સંધ્યાકાળ આદિ કુયોગમાં તેમ દિવસે સ્ત્રી સંયોગ ન જ કરવો. કેમકે તે અનિષ્ટ ફળને આપનારા છે. ઉન્હાળાની રૂતુ વિહાર માટે પ્રતિકુળ છે. શિયાળો વિશેષ અનુકુળ છે. તથાપિ કોઈ પણ રૂતુમાં વિહારનો અતિ યોગ તો હાનીજ કર્ત્તા છે. શરીરને કાંઇ પણ વ્યાધિ, કસર કે બેચેની હોય તેવા સમયમાં વિહાર કરવો નહી. સ્ત્રીના મંદવાડમાં પુરૂષે, અને પુર-

ષના મંદવાડમાં સ્ત્રીએ મન વશ રાખી બ્રહ્મચર્ય પાળવું. વિહાર સંબંધી વિચાર સરખો પણ મનમાં ન આવવા દેવો. જો મંદવાડમાં વિહાર થાય તો મંદવાડ ઘણું ભયંકર રૂપ પકડે છે, અને તેમાંથી અનેક મહા ભયંકર-જીવલેણ નવા રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. અને વખતે આવા વખતમાં ગર્ભ રહી જાય તો સ્ત્રી તથા ગર્ભ બન્નેના જીવ જોખમમાં આવી પડે છે. કેટલાક રોગોમાં વિષયની ઇચ્છા ઘણી વધે છે. માટે સુજ્ઞ સ્ત્રી પુરૂષોએ આવા વખતે મન વશ રાખવું. ઇંદ્રીયદમન કરવામાં પોતાની નબળાઇ ન દેખાડવી. ક્ષય જેવા બીજા અનેક સ્પર્શજન્ય રોગોની હાલતમાં વિહાર ન કરવો. આથી એકનો રોગ બીજાને લાગુ પડે છે, એટલું જ નહી પણ એ રોગ થનારી સંતતિને પણ વારસામાં ઉતરે છે.

સ્ત્રી વા પુરૂષ બન્નેમાંથી એકનું પણ મન ચિંતા, શ્રમ, ક્રોધ કે ભયથી વ્યાકુળ હોય તેવા પ્રતિકુળ પ્રસંગે વિહાર સંબંધી કાંઇ પણ ચેષ્ટા કરવી ઈષ્ટ નથી. ઇચ્છા વગર થયેલા કાર્યથી સંતોષ થતો નથી અને અસંતોષ એ શારીરિક તેમજ માનસિક વિકારનું કારણ થાય છે. ઇચ્છા વગરનો વિહાર નિષ્ફળ જાય છે. અને શરીરને રોગગ્રસ્ત બનાવે છે. આ વાત દંપતિએ પૂર્ણ લક્ષમાં રાખવા ચૂકવું નહીં.

તે જ પ્રમાણે વિહારના વિષયમાં જેટલી મનની શુદ્ધિની જરૂર છે તેટલી જ તનની શુદ્ધિની જરૂર છે. શારીરિક શુદ્ધતા—પવિત્રતાના અભાવે મનની શુદ્ધતાનો અભાવ હોય છે. શુદ્ધ મન વગર કરેલી ક્રિયા નિષ્ફળ તેમ નિરાશા અને પશ્ચાતાપ જનક નિવડે છે. માટે રતિ સુખ—સુસંતતિ ઇચ્છનાર દંપતિએ સદા શરીરને તેમ વસ્ત્રાદિક,ભૂષણને સ્વચ્છ અને મનોહર રાખવાં, એ

ખાસ જરૂરનું છે. વળી સ્ત્રી પુરૂષોના છુપા ભાગોને સારી પેઠે સ્વચ્છ રાખવામાં બેદરકારીને લીધે છુપા ભાગોમાં અનેક ભયંકર રોગ—જેવા કે દાદર, ચાંદી, ટાંકી, ગડગુમડ આદિ થવા પામે છે. આ રોગ ચેપી હોવા ઉપરાંત આખા શરીરના લોહીને દુષિત કરી શરીરને ઘણું જોખમમાં લાવી મૂકે છે. માટે શરીરના છુપા ભાગને ખાસ કરીને દરરોજ સાબુથી સાફ કરવા ચુકવું નહી. આ બાબતમાં આપણા લોકોનું કેવળ દુર્લક્ષ જ હોય છે.

"એક પતિવ્રત"—"એક પત્નિવ્રત"—જગતમાં મ્હોટામાં મ્હોટી નીતિ જેના ઉપર શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક,—સંસારિક, ધાર્મિક, અને રાજકિય, આલૈાકિક તેમ પારલૈાકીક સર્વ ઉન્નતિનો મૂખ્ય આધાર આ મહાન વ્રતનો મન વચને અને કર્મે તો શું પણ સ્વપ્ને સુદ્ધાં ભંગ ન થવા દેવા ઉપર રહેલો છે; માટે અભિષ્ટ સુખ સંપાદન કરવા ઇચ્છનાર નરનારીએ આ વ્રતમાં લેશ પણ ખામી ન આવવા દેવા પૂર્ણ સાવધાન રહેવું જોઇએ. એમાં જ તેમની, તેમના કુટુમ્બની અને દેશ સમસ્તની શોભા છે.

આ સઘળા નિયમોનું રૂડી પ્રકારે નિત્ય પાલન કરતા રહી ધર્મીષ્ટ, શીલવાન દંપતિએ પોતાના ગ્રહસ્થાશ્રમને સદા શાંત, ઉજ્વળ અને નમુના રૂપ બનાવી નીતિ-ધર્મના માર્ગથી જરા પણ ન ડગતાં જ્યારે સંતાન પ્રાપ્તિની ઇચ્છા થાય ત્યારે યથાવિધિ પ્રસંગ કરવો.

એ ખૂબ યાદ રાખવું કે બાલક દૈવયોગે ઉત્પન્ન થવા પામતા નથી, પણ માત પીતા બન્નેની સ્થિતિ ઘણી અનુકુળ હોય તેવી વેળાએ, આમંત્રણ કરેલા પરોણાઓની માફક જ તેઓ

આવવા જોઇએ, અર્થાત્ પોતે ઈચ્છે તેજ સમયે ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. માટે માતાની મરજી ધારણ કરવાનો વખત અને મોસમ, માતા થવા ચ્હાનારી સ્ત્રીએ પોતે જ મુકરર કરવો જોઇએ. વળી દરેક સાચી સ્ત્રી જે પોતાના પતિને ચ્હાતી હોય તેણી, કુદરતી ખામીઓ જે માટે પોતે જોખમદાર નથી તે શિવાય, બાલકનો જન્મ આપવાને સદા ઉત્સુક બલ્કે ચિંતાતુર રહેવી જોઇએ. સામાન્ય નિયમોને આધારે જ સિદ્ધ થાય છે કે આ બાબતમાં પણ ગતિને લગતો નિયમ જ પૂર્ણપણે લાગુ પાડી શકાય છે. સ્ત્રીના ઋતુઃશ્રાવના દિવસોમાં સ્ત્રીના રજની ગતિનું પ્રમાણ વધારે રહેવું જોઇએ. અને તેટલા માટે ગર્ભ ઉપર તેની અસરજ મુખ્ય થવી જોઇએ. તેથી આ સમયના પાસેના વખતમાં સ્ત્રી ગર્ભ ધારણ કરે તો તેનું પરિણામ એક પુત્રીનો જન્મ થવામાં આવવું જોઇએ. અને જ્યારે સ્ત્રીમાં ગતિનું પ્રમાણ ઓછું હોય તે સમયે, અર્થાત્ ઋતુઃશ્રાવ પછી લાંબે વખતે તેણી ગર્ભ ધારણ કરે તો પુરૂષ તત્ત્વની અસર વધારે થવી જોઇએ. અને પરિણામમાં તેણીને પેટે પુત્ર થવો જોઇએ. તાત્પર્ય કે ઉતરતા પ્રાણીઓને જે સંયોગો લાગુ પડે છે તે, મનુષ્ય પ્રાણીને પણ લાગુ પડે છે. અર્થાત્ ઋતુઃશ્રાવ પછી ૪૮ કલાકમાં ગર્ભ ધારણ કરવામાં આવે તો તેનું પરિણામ બાલકીઓ અવતરવામાં આવવું જોઇએ. પણ જે માતાઓને પુત્રની ઈચ્છા હોય તેમને ઋતુઃશ્રાવના દિવસો પછી દશ દિવસ રહીને જ ગર્ભ ધારણ કરવો જોઇએ. મતલબ કે, પુત્ર માટે ઋતુઃશ્રાવ પછી નિદાન ૧૦ દિવસ વિત્યા પછી ૧૬ દિવસ સુધિમાં જ ગર્ભ ધારણ કરવો; તે પૂર્વે એટલે ૬ થી ૯ દિવસમાં ગર્ભ ધારણ કરવામાં આવે

તો પુત્ર, પુત્રીના ગુણો લઇને ઉત્પન્ન થશે. અને ઋતુઃસ્રાવ પછી ત્રણ દિવસ સુધીમાં ગર્ભ ધારણ થશે તો તે શુદ્ધ પુત્રી જ ઉત્પન્ન થશે. અને તે ૩ દિવસથી ૫ દિવસમાં ગર્ભ ધારણ થવાથી જો પુત્રી થશે તોપણ તે પુત્રના ગુણને ધારણ કરશે.

જોડયા અવતરવાના સંબંધમાં પણ એવું અનુમાન કાઢવામાં આવ્યું છે કે, ગર્ભ ધારણ કરનારા બીંદુઓ એક સરખા પ્રમાણમાં ખીલતા નથી. દરેક બીંદુ માટે એક વખતે નહી પણ જુદે જુદે વખતે ગર્ભ ધારણ થતો હોવો જોઇએ. જ્યાં બીંદુ ખરેખરૂં બેવડું હોય ત્યાં એકજ જાતીના બન્ને બાલકો ઉત્પન્ન થવા જોઇએ. જો બીંદુમાં ફેર હોય તો ગર્ભ એ જુદી જુદી કોથળીઓમાં બંધાય અને જાતિમાં ફેર પડે. સારાંશ કે સ્ત્રીના રજની ઉન્નતિ-વેગથી પુત્રી અને પુરૂષના વિર્યની ઉન્નતિ-વિશેષ વેગને લીધે પુત્ર ઉત્પન્ન થાય છે. અને બન્નેના વિર્ય અને રજની સમાનતા હોય તો નપુંસક, અને ઓછું હોય તો ગર્ભ જ રહી શકતો નથી. માટે ઉત્તમ વિર્યવાન પુરૂષ -શુદ્ધ રજઃવાન સ્ત્રી-પતિ પત્નિએ સંતાનની પ્રાપ્તિ માટે ઋતુઃકાળ આદિ સર્વનો વિચાર કરી વિહાર કરવો. કારણ કે જેમ રૂતુ, ક્ષેત્ર, જળ અને બીજ એ ચારે ઉત્તમ હોઈ વિધિ પૂર્વક સંયોગ મેળનથી ઉત્તમ અંકુર ઉત્પન્ન થાય છે. તેજ પ્રમાણે (રૂતુકાળ-સમય), ક્ષેત્ર (ગર્ભાશય), જળ (આહારથી ઉત્પન્ન થયેલા રસ), બીજ (વીર્ય અને રજ) ના નિયમાનુસાર યથાવિધિ સંયોગથી ઉત્તમ મનોવાંચ્છીત સંતાન ઉત્પન્ન થાય છે. માટે ઉત્તમ સંતાન ઇચ્છનાર ઉદ્યોગી, ધર્માત્મા પુરૂષોએ શુદ્ધ અને બહુ વિર્યવાન બની, શુદ્ધ યોનિ, રક્ત અને ગર્ભાશય વાળી પોતાની પત્નિ સાથે વિચાર પૂર્વક વિહાર કરવો.

સ્ત્રીએ ઋતુસ્નાનના દિવસથી, સાત્વિક ખોરાક, શાળી અન્ન વા જવના પદાર્થો, દહીં, ઘી, મધ વા ગાયના દૂધનું સેવન કરવું. દિવસે આનંદિત મુખમુદ્રા, પ્રસન્ન ચિત્તથી રહેવું. રાત્રિ પડે સ્વચ્છ મનોહર વસ્ત્રાભૂષણ, શૃંગાર સજી સુંદર અલ્હાદકારી ચિત્રો આદિથી શણગારેલા સ્વચ્છ, સુઘડ શયનગ્રહમાં સુંદર રીતે આચ્છાદિત કરેલા પલંગ-બેઠક ઉપર બેસી સરખી ઉમરની, હસમુખી, આનંદી સ્વભાવની, શુભાચરણી સાહેલીઓ સાથે વાર્તાવિનોદ કરવો. તથા સારા પુસ્તકોનું શ્રવણ મનન કરી આનંદ પૂર્વક રહેવાનો ક્રમ ચાલુ રાખવો. સ્ત્રી પુરૂષ બન્નેએ બ્રહ્મચારી વ્રતથી રહેવું. અને યોગ્ય ધારેલ દિવસે દંપતિએ પ્રાતઃકાળમાં સુગંધિત દ્રવ્યો વડે અભ્યંગ સ્નાન કરવું. અને સુંદર સ્વચ્છ-મનોહર વસ્ત્રાભૂષણ પહેરી તથા પુષ્પ માળાઓ પહેરી સ્ત્રીએ પતિની સાથે અગ્નિના પશ્ચિમ અને ઋત્વિજના દક્ષિણમાં બેશી મહા વ્યાહૃતિઓના ઉચ્ચારણની સાથે વિધિપૂર્વક યજ્ઞ કરી પરબ્રહ્મ પરમાત્માનો આશીર્વાદ માગી બ્રાહ્મણોએ સ્વસ્તિ વાચન પછી યજ્ઞશેષનો પ્રસાદ પ્રથમ પુરૂષે અને પછી સ્ત્રીએ લેવો. રાત્રિ થયે શયનગ્રહમાં દંપતિએ પ્રવેશ કરી કામકુતુહલ કરતા ચિત્તમાંથી સર્વ પ્રકારનો ભય, શોક, ક્રોધ, અસંતોષ આદિનો ત્યાગ કરી આનંદમગ્ન બની રમણ કરવું.

રતિ સુખ માટે સ્ત્રી-પુરૂષની શારીરિક, માનસિક પ્રકૃતિમાનનું સરખાપણું હોવું જ જોઇએ. તેના અભાવે સ્ત્રી પુરૂષમાં અંતઃકરણ પૂર્વકનો સંતોષ-આનંદ સંભવતો નથી. સ્ત્રીને રતિ સુખ ત્રણ પ્રકારનું હોય છે. ઉત્તમ, મધ્યમ અને કનિષ્ટ. આ ફેર પડવાનું કારણ એ હોય છે કે, સ્ત્રીના વરાંગમાં અતિ સૂક્ષ્મ જંતુ-કીડા ઉત્પન્ન થાય છે. તે ત્રણ પ્રકારના હોય છે. ૧ થોડા જોરના

૨ મધ્યમ જોરના અને ૩ ઘણા જોરના. જે પોતપોતાના જોરના પ્રમાણમાં જનનેન્દ્રિયના મૂળમાં વત્તી વા થોડી ચળ ઉત્પન્ન કરે છે. તેથી સ્ત્રીને કામેચ્છા થાય છે. અને તે ચળ મટી એટલે ભોગની તૃપ્તિ થઈ એમ સમજાય છે. સ્ત્રીને રતિ સુખમાં પૂર્ણ સુખ-સંતોષ થવા માટે રતિ સમયે સાથેના કોષ્ટકમાં *બતાવ્યા પ્રમાણે ક્રિડા કેલી કરવી, જેથી સ્ત્રીને આનંદ તેમ સંતોષ થાય. અરસપરસ ઘણી પ્રીતિ જામે, ને મનોવાંચ્છિત સંતાન ઉત્પન્ન થાય. અંગ—અથવા સ્થળ.

કામ પ્રદિપ્ત કરવાની રીત.

કેશ અને માથું—કેશ પકડવા અને માથા ઉપર આંગળાં લગાડવાં. જમણી અથવા ડાબી આંખ—આલીંગન આપવું. હેઠલો હોઠ—અધરામૃત કરવું-અર્થાત્ આલીંગન દેવું. જમણો વા ડાબો ગાલ—આલીંગન આપવું અને હળવેથી કરડવો. ગળું—નખ વતી ચોળ કરવી. કુખ— „ „ સ્તન—હાથવતે આમળવાં. હૃદય—હૃદયદાન આપવું, અર્થાત કોટી કરી અરસપર દબાવવું. નાભી—હળવે હળવે થાબડવી. શ્રોણી-નિતમ્બ—મુઠી મારવી, વા ધીરે ધીરે મસળવી. ચંદ્ર કોર—મદન ધ્વજને ઘર્શન કરવું. જંઘા—પુરૂષે પોતાના ઘુંટણને તે ઉપર ઘસવો. પાદ—પુરૂષે પોતાના પગવતી તે સ્ત્રીના પગને ઘસવો. પાદા ગુષ્ટ—પુરૂષે પોતાના અંગુઠાવતી સ્ત્રીના અંગુઠાને દાબવો.

---

* આ વિષય કોકશાસ્ત્રનો હોઈ નીતિમાન ગ્રહસ્થોને આથી વધુ વિગતની જરૂર નથી. કારણ ભય રહે છે કે, વાંચકો પૈકી નબળા મનના આ પુસ્તકના ઉચ્ચ આશયને કોરે મૂકી આ વિષયનો દુરૂપયોગ કરે.

ગર્ભાધાનના સમયે સૃષ્ટિક્રમાનુસાર પુરૂષે ઉર્ધ્વ રહેવું જોઇએ. નિયમ વિરૂદ્ધ થઇ પ્રસંગ કરવાથી જે ગર્ભ ધારણ થશે તેમાં પુત્રી થશે તો તેનામાં પુત્રના, અને પુત્ર થશે તો તેનામાં પુત્રીનાં અને વખતે એથી પણ વિપરિત આચરણવાળાં સંતાન ઉત્પન્ન થશે.

સંયોગ સમયે આનંદયુક્ત રહેવાથી વિર્ય તેમ આર્તવ વધારે ઝરે છે. પુત્રની ઉત્પત્તિ માટે વધારે શ્રવવાની જરૂર છે. ને દુઃખ–શોકના પ્રસંગે–વા મનભંગ થયેલ હોય તે પ્રસંગે સંયોગ કરવામાં આવે તો થોડો વા મુદ્દલ શ્રાવ થતો નથી. આ ગેગ મિથ્યા યોગ હોઈ વિર્યપાતથી ઉભયના શરીરને હાની કર્તા છે. પુરૂષે વીર્યસ્થાપન અને સ્ત્રીએ વીર્યાકર્ષણની જે વિધિ છે તે અનુસાર વર્ત્તવું. અર્થાત્ જ્યારે વીર્યનો ગર્ભાશયમાં પડવાનો સમય થાય ત્યારે સ્ત્રી અને પુરૂપ બન્નેએ સ્થિર રહી નાસિકાની સામે નાસિકા, નેત્રની સામે નેત્ર અર્થાત સીધા રહી ડગવું નહીં. પ્રસન્ન ચિત્ત રહેવું. પુરૂષે પોતાના શરીરને તે સમયે ઢીલુ રાખવું અને સ્ત્રીએ વીર્ય પ્રાપ્તિ વખતે વીર્યને ઉપર ખેંચીને યોનીને સંકોચી વીર્યનું ઉપર આકર્ષણ કરી તેને ગર્ભાશયમાં સ્થિત કરવું. પ્રસંગ સમયે, સ્ત્રી પુરૂષ બન્નેનો સૂર્ય પ્રવાહ એક સરખી ગતિએ ચાલતો હોય તો પુત્રની ઉત્પત્તિ સમજવી. અને તે પુત્રનું આયુષ્ય દીર્ઘ જાણવું. પુરૂષનો ચંદ્ર અને સ્ત્રીનો સૂર્ય ચાલતો હોય તો પણ પુત્રની ઉત્પત્તિ સમજવી. સ્ત્રીનો ચંદ્ર ને પુરૂષનો સૂર્ય ચાલતો હોય તો પુત્રીની ઉત્પત્તિ જાણવી. અને તે પુત્રી મહાજ્ઞાની થવાની. સુષુમણાનો પ્રવાહ ચાલતો હોય તે વખતે સ્ત્રી સંગ કરનારનું મૃત્યુ થાય છે. ને ગર્ભાપાત થયા વિના રહેતો નથી.

પ્રસંગ પછી પુરૂષે થોડીવાર પછી જુદા થઈ મૂત્ર ત્યાગ કરવો. સ્ત્રીએ તે જ સ્થિતિમાં ૨-૪ મિનીટ સ્વસ્થ પડયા રહેવું. પછી ધીરે રહીને ઉઠી, ટાઢા પાણીથી ગુહ્ય ભાગને બરોબર શુદ્ધ કરી હાસ્ય વિનોદ કરી કલાક દોઢ કલાક પછી સાધારણ ઉન્હા પાણીથી બન્નેએ સ્નાન કરવું. જેથી શરીરની ગરમી શાંત થાય. પછી તૈયાર રાખેલા ચૂર્ણનું બન્ને જણાંએ સેવન કરી એક શેર ગાયના દૂધમાં નવટાંક સાકર નાંખી ઉનું કરી પીવું. પ્રસંગ પછી સ્નાન કરવું તેમ શાકર મિશ્રિત દૂધ વા શેરડીના બનેલા પદાર્થનું શેવન, શિતળ વાયૂ ઘણો હિતાવહ છે. બાદ સ્ત્રી પુરૂષે પોતાની જુદી જુદી શય્યાપર શાંત ચિત્તથી ઈશ્વિર સ્મરણ કરતાં સૂઈ જવું.

સ્ત્રી સંયોગથી ફકત પુરૂષનું વિર્ય સ્ખળીત થાય તો તે ગર્ભ ધારણ કરવાને ઉપયોગી થતું નથી. સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્નેનું એકી વખતે સ્ખળીત થવું જોઇએ. માટે તેમ થાય તેવી યોજના રાખવી જેથી મિથ્યા યોગ-વિર્યનો મિથ્યા પાત ન થાય.

શુક્ર અર્થાત્ વીર્ય કરતાં આર્ત્તવ એટલે સ્ત્રીની ધાતુ રજ વધારે સ્ખળીત થાય છે. આર્ત્તવનું પ્રમાણ ચાર અંજળી હોય છે, અને શુક્રનું પ્રમાણ ૧ પૈસાભાર હોય છે. હર્ષયુક્ત અંતઃકરણના પ્રમાણમાં ઓછું વા વત્તું શ્રવે છે, ને તે પ્રમાણે પુત્ર, પુત્રી, નપુંસક, વા વિપરિત લક્ષણવાળો ગર્ભ થવાની સંભવના છે. દુઃખ યુક્ત અંતઃકરણ હોય તો થોડું શ્રવે છે, ને વિપરિત પરિણામ વાળો ગર્ભ થાય છે વા મિથ્યાયોગ થાય છે. સંયોગ પછી તુરતજ સ્ત્રીએ પતિના મુખનું દર્શન કરવું. તેમ તેની શક્તિ શુભગુણ-તે પ્રત્યે પોતાની પુજ્ય બુદ્ધિ આદિનું સ્મરણ કરવું. આથી તાદૃશ-રૂપ-રંગ તેમ બહુધા તેવાજ રૂપ-ગુણ

યુક્ત પ્રસવ થશે. વિશિષ્ટ–દિવ્ય શક્તિવાન્ પ્રજાને માટે સાધ્વી સ્ત્રીઓએ ઇષ્ટ દેવનું સ્મરણ–ચિંતન કરવું. તેમ તે મુર્તિનું તાદ્દશ પોતાના અંતઃકરણમાં કરવું. તેમ સુંદર દૈવી ગુણધારી પ્રતિમા ચિત્રો ગૃહમાં, શયનગૃહમાં રાખવાં કે જેથી તે દર્શનથી સુંદર રૂપ ગુણવાન સંતાન ઉત્પન્ન થઈ શકે. સારાં સંતાન ઉત્પન્ન કરવા માટે આ એક પ્રાકૃતિક નિયમ છે, તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરી લાભ મેળવવા ચૂકવું નહી. સ્ત્રીના રતિનો અંત થયો એટલે ચળ કરવા માંડશે, ખલભલાટ ઘણો કરે છે, આંખમાંથી પાણી વ્હેશે, અને પ્રેમ કરશે, આંખ અરધી મીંચાશે અને ઘણી મહેનતે પણ તેનાથી કંઈ ચાળા સેહેવાશે નહી. શરીર ટાઢું પડતું જશે, મૂર્છિતાવસ્થા થતી જણાશે. ચુમ્બન વિગેરે પ્રેમ–વિલાસ ગમશે નહી. આ ચિન્હ પુરૂષ જૂવે એટલે પુરૂષે જાણવું કે સ્ત્રીનો રેતશ્રાવ થયો છે. પછી ભોગ છોડવો.

સ્ત્રીને ગર્ભ ધારણ થાય તે વખતે તેણીના ચિત્તને ખેદ થાય છે, તરસ લાગે છે, શરીરમાં ગ્લાની અર્થાત્ સૂસ્તાઈ આવે છે, સાથળ બહુ થાકી જાય છે, અને શુક્ર એટલે પુરૂષનું વિર્ય અને આર્ત્તવ એટલે સ્ત્રીની લોહી જેવી ગુગળી ધાત્ સ્ત્રી ઉઠયા પછી બહાર પડતી નથી. અને યોનીનું સ્ફુરણ થાય છે.

અહાર વિહારમાં નિયમિત રીતે વર્ત્તનારા, વિધિ પૂર્વક આચરનારા ધર્માત્મા દંપતિને રતિસંગ પછી ગર્ભસ્થિત થયાની ખાત્રી તુરતજ થઈ જાય છે. તેથી, એક ક્ષણ માત્રના વિષય સુખથી લુબ્ધાઈ, પ્રાણાન્ત કરનાર અથવા રીબાવનાર રોગોની નરક યાતનાને ભોગવાવે,.અને શ્રાપરૂપ એવા કાર્યથી તે પછી વિરાગી બની નીતિ રીતીથી દિનચર્યા રાત્રિચર્યાનો ક્રમ રાખે

છે. તથાપિ આજકાલ આ પવિત્ર કાયદાને માન આપનારાં પવિત્ર જોડાંઓ હાલમાં આ ભારત વર્ષમાં વિરલાં જ શોધ્યાં જડી આવશે ! પણ ઉલટું આ શુદ્ધ આચાર વિચાર વિરૂદ્ધ વર્ત્તાવ રાખનાર નરપશુ તો સર્વત્ર જોવામાં આવે છે. તેનાજ પરિણામે નષ્ટ સત્વ થયેલી, વર્ણશંકર બનેલી, વિકારી વિર્યથી અવન્નતિ દશાને પામેલી પ્રજા ઉત્પન્ન થાય છે. જે દુરાચારી નથી, તથાપિ સ્વપત્નિ સાથે યથેચ્છ ભોગ ભોગવવા-ધર્મપત્નિને કામપત્નિ સમજી તેમાં અત્યાનુશક્ત બની, વિષયના કીડા બની તેમાં ગુલતાન રહે છે. પણ વાંચકે ખૂબ યાદ રાખવું કે આ કુદરતના નિયમ વિરૂદ્ધ હોઈ કદી ન માફ થઈ શકે તેવી ભૂલ ભવિષ્યમાં ભારે યાતના ભોગવાવા કારણ રૂપ છે. મિથ્યાયોગ-અતિયોગ સર્વથા શાસ્ત્રકારોએ નોબત વગાડીને વર્જ્ય કહ્યો છે. મથાલાના "**विर्य मूलंच जीवनम्**"। વાક્યને હૃદયમાં સોનેરી અક્ષરોથી કોતરી રાખવા જોઇએ. અને જ્યારે આપણા દેશના સુશિક્ષિત કહેવાતા જનો વિર્યની મહા મૂલ્યતા સમજી મિથ્યા યોગ કરતા, અટકશે તોજ તેમનો તેમ દેશનો ઉદય છે. અન્યથા નહી. જૂવો, આયુર્વેદના આચાર્ય શ્રીમાન્ ધન્વન્તરીજી, પોતે ગૃહસ્થાશ્રમી હોઈ તેમને એક પુત્ર હતો. તથાપિ તેમની ધર્મ પત્નિને બીજા પુત્રની ઈચ્છા થઈ, પણ પોતાના મનોભાવ સ્વામી આગળ પ્રકટ કરી શકી નહી; તેથી પોતાના નાદાન બાળકને તે બાબતની પ્રેરણા કરી. તે ઉપરથી બાળકે કહ્યું કે, "પિતાજી મારે બીજો ભાઈ હોય તો કેવું સારૂં"? આ ઉપરથી ગંભિર બુદ્ધિના મહાત્માએ ઉંડો નિઃશ્વાસ નાખી કહ્યું "ભાઈ એકમાંજ કદી ખંગ ન વળી રહે એટલું ગુમાવ્યું છે માટે હવે તે ગુમાવવાનો નથી." વાંચકો

પૈકી કુકડા કુકડીવત્ વિષય રંગમાં રમી રહેનારાઓ ? શું તમે આ ઉપરથી વીર્યની મહા મૂલ્યતા સમજતા થશો ? શું ભૂંડ-ભૂંડણીની માફક ડઝન બંધ માંદલાં બચ્ચાં ઉત્પન્ન કરતા અટકશો ? જો બોધ લાગે તો અહો ભાગ્ય આ દેશનાં!!!

તથાસ્તુ.

પ્રકરણ ૫ મું.

ગર્ભાવસ્થા.

The fruitful vine—The *The Paslms*
The "fruit" of the womb—*Genesis*
The mountain of "Love".

ચતુર સ્ત્રીને ગર્ભસ્થિત થયાની ખબર તૂરતજ પડે છે. ગર્ભસ્થિત થયાના ચિન્હોમાં તે ઋતુવતી થતી નથી. સ્તનનું મ્હોં-ડીંટડી નાની પડી જાય છે, તેનો રંગ જાંબુડાના જેવો થાય છે, તે ઉપર ઝીણી ઝીણી ફોલીઓ જેવું થાય છે. ડાબી આંખ કરતાં જમણી સ્હેજ મોટી દેખાય છે. કાન્તિ કાંઇક વધારે ખીલી નીકળે છે, અને સર્વાંગે કાંઇક મોહકપણું વધે છે. ભોજન ખાવા છતાં ઉલટી થાય છે. હાથ પગ ભારે લાગે છે. સુસ્તી વધે છે. હરવખત પડયા રહેવાની ઇચ્છા થાય છે. કોઇ કોઇવાર માથું પણ દુ:ખે છે. ખાટી, ખારી, તીખી વસ્તુપર તેમ માટી ખાવા તરફ રૂચી વધે છે. વખતે રક્તશ્રાવ: પણ થાય છે. કાળજું ધડક ધડક થાય છે, નાડી જોરમાં ચાલે છે, તરસ ઓછી લાગે

છે. રૂંવાટાં ઉભાં થાય. પુંઠ ભારે થાય છે. અને વિશેષ પરિક્ષા માટે મધને પાણીમાં મેળવી પીધાથી ડુંટીમાં દરદ થશે. આ પ્રમાણે ખાત્રી થયા પછી ગર્ભધારણકાળ—એટલે દિવસ અને મહીનો લખી રાખવો. જે ગર્ભણી સ્ત્રીના જમણા સ્તનમાં દૂધ વહેલું જણાય અને જમણી આંખ મોટી દેખાય તેમજ જમણી સાથળ ઉપસેલી લાગે અને દ્રવ્ય, કેરી, જાંબફળ, હાથી, ઘોડા ઇત્યાદિમાં પ્રીતિ રાખે અને સ્વપ્નમાં ધોળા કમળ, સૂર્ય, ફળ, કુમુદની, આંબળા ઇત્યાદિ પુરૂષના નામવાળાં ફળ જૂવે અને જેનું મ્હોં સદા ટળવળીટ દેખાય તે સ્ત્રી પુત્ર પ્રસવે છે. અને એથી વિપરિત લક્ષણ હોય તો કન્યા પ્રસવે છે. અને જેના બન્ને સ્તન ઉપસેલા દેખાય, પેટ સપાટ દેખાય, અને પૂર્વે કહેલાં લક્ષણો હોય. તે સ્ત્રી નપુંસકને પ્રસવે છે.

જેના પેટમાં ખાલી ભાગ હોય, અને દોણી સરખું દેખાય, તે જોડકા—બે છોકરાને જન્મ આપે છે.

બીજા મહિનામાં ગર્ભને સ્પર્શ કરતા ગોળમટોળ જણાય, તે પુરૂષ ગર્ભ સમજવો. અને લંબગોળ હોય તો સ્ત્રી ગર્ભ સમજવો. અને જો અર્ધગોળ વા ગોળ ફળ જેવું જણાય તો નપુંસક ગર્ભ જાણવો.

ગર્ભણી સ્ત્રી જે અન્ન ખાય છે તેમાંથી બે ભાગ તેના શરીરને પોષે છે. અને ૧ ભાગ દૂધ માટે તત્વો એકઠા કરે છે. ને એક ભાગથી ગર્ભનું નાળવડે પોષણ થઇ તે ધીરે ધીરે વૃદ્ધિને પામે છે.

ગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીની ઇચ્છા પુરી કરવામાં નથી આવતી તો, બાડાં, કાણાં, બોબડાં, લુલાં, લંગડાં, મુગાં, બહેરાં, નપુંસક

વિગેરે ખોડખાંપણ વાળાં સંતાન અવતરે છે. ઇચ્છા પૂર્ણ થવાથી પરાક્રમી અને લાંબી આયુષ્યવાન સંતાન થાય છે. ગાયન, અલંકાર, ખટરસ વિગેરે જે જે ઇચ્છાઓ થાય તે પુરી કરવી. કાન, ચામડી, આંખ, જીભ, નાક, આ પાંચ ઇંદ્રિયને શબ્દ, સ્પર્શ, રસ, રૂપ અને ગંધ એ પાંચ વિષયમાંથી જે ઇચ્છેલી વસ્તુ ગર્ભણીને પ્રાપ્ત ન થાય અર્થાત્ જે ઇંદ્રિય તૃપ્ત ન થઇ હોય, ગર્ભની તે ઇંદ્રિયને પીડા થાય છે. જેવી રીતે કે, ગાયન વિગેરેની ઇચ્છા થતાં તે ઇંદ્રિય તૃપ્ત થઇ નથી તો પેટમાંના ગર્ભના કાનને પીડા થાય છે. જે ગર્ભણી સ્ત્રીને રાજ દર્શન કરવાની ઇચ્છા થાય છે, તે તૃપ્ત કરવામાં આવે તો સ્ત્રી દ્રવ્યવાન પરાક્રમી, પુત્રને પ્રસવે છે. ઉત્તમ વસ્ત્ર, પીતામ્બર વિગેરેને ઇચ્છે છે તે સ્ત્રીને અલંકારને ભોકતા-રૂપવાન પુત્રને પ્રસવે છે. જેને ઋષિ આશ્રમ વા ઋષિનાં દર્શન કરવાની ઇચ્છા થાય છે, તે સ્ત્રી જીતેન્દ્રિય, ધર્મશીલ પુત્રને પેદા કરે છે. જે સ્ત્રી સર્પ, સિંહ, વાઘ આદિ હિંસક પશુને જોવા ઇચ્છે છે વા ઘોર અત્યાચારી કર્મને કરનાર તરફ રૂચી ધરાવે છે તે સ્ત્રી દુષ્ટ, ઘાતકી, એવા અત્યાચારી કુપુત્રને પ્રસવે છે.

ગર્ભ ધારણ થયા પછી આર્ત્તવ વાહીનીનું મ્હોં ગર્ભ વડે કરીને બંધ થાય છે અર્થાત્ ગર્ભ ધારણ થયા પછી ગર્ભાશય બંધ થવાથી આર્ત્તવ નીકળતું બંધ થાય છે. આથી જ સ્ત્રીને ઋતુઃસ્ત્રાવ-અટકાવ દરમાસે આવતો બંધ થાય છે. આ અટકેલું આર્ત્તવ અધોભાગે થડકી ઉર્ધ્વભાગે જઈ ત્યાં એકઠું થઇને સ્ત્રીને પુષ્ટ કરીને સ્તનને પણ પુષ્ટ અને ઉંચા કરે છે. આથી જ ગર્ભવંતીની કાન્તિમાં વધારો થયેલો દેખાય છે. ગર્ભ ક્ષય

થયો હોય તો સ્તન ઉંચા વધતા નથી ને યોનિમાં ગર્ભ ફરતો નથી. વગેરે ચિન્હો ઓછા વત્તા પ્રમાણમાં જણાય છે. સ્વાભાવિક રીતે જન્મ નવ મહિને અને દશ દિવસે, એક બે દિવસના હેર-ફેરથી થવાનો નક્કી સમજવો. માટે તે સમય આવતાં પહેલાંજ સર્વ તૈયારી આગળથી કરી રાખવી એ ઘણું ડહાપણ ભર્યું છે માટે આ ભારે જોખમમાંથી બચવાનો લાભ આપણે ગફલતમાં રહી ન ગુમાવવો. આ અવસરે જન્મતા બાળકો બહુધા સર્વાંગે દ્રઢ હોય છે. કેટલીક વખતે કેટલાંક કારણોને લીધે પ્રસવકાળ છેક બાર મહિના સુધી પણ ખેંચાય છે. પણ આ વખતે ચતુર વૈદ્ય, ડાકટર વા દાયણની સલાહ લેતા રહેવી. નવ માસ પહેલાં જન્મતાં બાળકો તંદુરસ્ત હોતાં નથી.

ગર્ભ સ્થિત થયા પછી સ્ત્રીએ પુરૂષ સંગ ન કરવો એટલું જ નહીં પણ કામવાસના સરખી પણ રાખવી નહી. કારણ સગર્ભાવસ્થામાં પુરૂષસંગ કરવાથી ગર્ભ પતન થવાનો સંભવ રહે છે. અને એક વખત ગર્ભ પતન અર્થાત્ કસુવાવડ થવાની ટેવ પડી કે પછી ગર્ભ રહેતાં પણ વાર લાગતી નથી અને દર વખતે ગર્ભપતન પણ થાય છે. વળી આજકાલ વિષય વ્યાપારની પ્રવૃત્તિ હદથી જ્યાદે જોવામાં આવે છે, તે એટલે સુધી કે બાલ્યાવસ્થામાંથી જ પુત્ર વા પુત્રી વિષય વ્યાપારમાં પડવા—અને તેમાં તલ્લીન બનવા તલપાપડ બને છે-તેના રસીયા બને છે. તે માત્ર ગર્ભમાં વિષય સંબંધી થયેલા કુસંસ્કારોનું જ પરિણામ છે. આપણા દેશમાં પૂર્વે આ બાબત ઉપર ઘણું લક્ષ આપવામાં આવતું. ને તેથીજ વિષય વ્યાપાર બીલકુલ એકાંત અગોચર સ્થળમાં કરવાની, અંતઃપુરથી બાળકને સુદ્ધાં દુર રાખવાની

આજ પણ "સાપ ગયા અને લીસોટા રહ્યા" ના પ્રમાણે અંધ શ્રદ્ધારૂપે પ્રથા ચાલુ છે. આ પ્રસંગે એક સત્ય બનેલ દ્રષ્ટાંત આપવાની જરૂર છેઃ—એક ક્ષત્રિય દંપતિ એકાંતમાં કામકુતુહલમાં મસ્ત હતા તે પ્રસંગે તેમનું નાનું બાળક અંતઃપુરમાં આવી ચઢ્યું. માતાએ, પોતાના પુત્ર બાળકે આ ક્રિડા જોઇ માટે શરમને લીધે તત્કાળ જીભ કરડી ધરણી ઉપર પડી. અને પીતાએ વિચાર્યું કે "આ પુત્ર અમારી એકાંત જાણવા છતાં આવ્યો માટે જરૂર વિષયી નિવડવાનો; માટે વિષયઅંધ–રાજપુત્ર રાજ્યને દીપાવનાર ન થતાં નામને કલંકીત કરશે. તે જોવા જીવવા કરતાં મર્ણ સારૂં" તેથી પોતે પણ પોતાની વ્હાલી પત્નિની સાથે જ આ લોકનો મોહ મૂકી દીધો. અર્થાત્ બન્નેએ પ્રાણ તજ્યા. માટે સુજ્ઞ દંપતિએ આ અવસ્થામાં કામ–વાસના ન રાખવી તેમ તેવી ચેષ્ટા સરખી ન કરતાં બ્રહ્મચર્યથી–પવિત્ર જીવન ગુજારવા રચ્યાપચ્યા રહેવું. ઉત્તમ સંતાન ઇચ્છનાર દંપતિએ આ સ્થિતિમાં સદા પ્રસન્ન ચિત્ત–વિશુદ્ધ પ્રેમ–ભાવથી વર્ત્તાવ રાખવો. અને ગર્ભને ઉત્તમોત્તમ સુસંસ્કારો મળે માટે સારા નિતિના, ધર્મના ગ્રંથોનું અધ્યયન, મનન અને શ્રવણનો સદા અભ્યાસ રાખવો. મનોવાંચ્છિત ગુણ, કર્મ સ્વભાવયુક્ત પ્રજા સંપાદન કરવા ગર્ભમાં જ તેવા સંસ્કારોનું સંપોષણ કરવાની આપણા પૂર્વજો પૂર્ણ સાવધાની રાખતા અને તે પ્રમાણે અલભ્ય લાભ મેળવતા; એ ઇતિહાસપ્રસિદ્ધ વાત છે. જૂવોઃ—મહાભારતના ઘોર સંગ્રામમાં રચાયેલા અને કોઇ ભેદી શકે તેવા દુર્ઘટ ચક્રવ્યુહની માહીતી બાણાવળી અર્જુનના પુત્ર અભિમન્યુએ, પોતાની માતા સુભદ્રાના પેટમાં હોવાના સમયે મામા શ્રીકૃષ્ણચંદ્ર પોતાની બ્હે

નના વિનોદ અર્થે યુદ્ધ પ્રસંગના જૂદા જૂદા વ્યુહ રચનાની, તેને જીતી શકવાની ગુહ્ય વાતો કરેલી તે ગર્ભમાં રહી પ્રાપ્ત કરી હતી. વળી તાજા દૃષ્ટાંત તરીકે જોઇએ તો, શ્રી છત્રપતિ શિવાજી મહારાજના પિતા શાહજી, બાદશાહના આશ્રિત એક સાધારણ જાગીરદાર હોવા છતાં, પોતે મહા રણવીર, સ્વધર્માભિમાની, વગેરે મહદ્ ગુણોથી પોતાની કીર્તિ સમુજ્વળ કરી. પોતે એક મહાન હિંદુરાજ્યની સ્થાપના કરી હિંદુઓને મુસલમાનોના ત્રાસથી છોડાવ્યા તે સઘળો પ્રતાપ પોતાને ગર્ભમાં મળેલા સંસ્કારનો જ હતો. કથા એવી છે કે:—શિવાજી જ્યારે માત્ર ૬–૮ વર્ષના બાળક હતા ત્યારે કેટલાક મુસલમાન કસાઈ ગાય લઇને ચાલ્યા જતા હતા. શિવાજીએ તેમને ગાય છોડવા વિનંતી કરી; પણ મુસલમાની રાજ્યમાંના બાદશાહી અમલમાં ગાયને તો હિંદુઓના દેખતાં જ વધ કરવાની ધર્મઝનુની કસાઇઓને મઝા પડતી તો આ એક મરાઠાના નાના બાળકના કહેવાથી તે કસાઇઓ ગાય ક્યાં છોડે તેમ હતા ? છતાં શિવાજીએ આજીજી કરી. તેમ છતાં જ્યારે ન માન્યું ત્યારે તેણે પોતાની તરવાર મ્યાનમાંથી કાઢી અને એક બે કસાઇને ઠાર કરી ગાય છોડાવી પોતાને ઘેર લાવ્યા. આ ફરિયાદ બાદશાહ પાસે ગઈ. બાદશાહે શાહજીને આ સંબંધે બોલાવ્યા, શિવાજીની માતાએ પોતાના પતિને દરબારમાંથી બોલાવવા આવવાનું કારણ પૂછતાં શાહજીએ કહ્યું કે “આ બધાં તારાંજ વાનાં છે. આ છોકરો ગર્ભમાં હતો ત્યારે રામાયણ, મહાભારત, વગેરે સાંભલવાની તને લત લાગી હતી તેનું જ આ કારણ છે.”—વાંચક, એ સર્વ માન્ય સિદ્ધાંતજ છે કે ગર્ભમાં બાળકને જેવા સંસ્કાર આપશો તેવું બા-

ળક થશે. માટે આ બાબત ઘણી અગત્યની હોવાથી તે સુયેાગનેા ખેાટેા ઉપયેાગ કરી લાભને બદલે હાની જાણી જોઇને ન થાય તેમ થવું જોઇએ.

સગર્ભાવસ્થામાં ખુલ્લી હવામાં હરવાફરવાથી વિશેષ ફાયદેા થાય છે. ગર્ભણીએ ઘણેા પરિશ્રમ થાય તેવું જોરનું કામ ન કરવું. તથાપિ એ તેા અતિ આવશ્યકજ છે કે, સુસ્ત પડી ન રહેતાં, વારે વારે શ્રમ ન પડે તેવાં સ્વાસ્થ્ય રક્ષા માટે હલકાં કામકાજ કરવાની ટેવ તેા અવશ્ય રાખવીજ જોઇએ. હલકેા અને સાદેા સારી રીતે જલદી પચી શકે તેવેા ખેારાક ખાવેા. નિયમિત વખતે ખાવા પીવાનેા તથાં સૂઈ જવાનેા અભ્યાસ રાખવેા. ગર્ભણીને જેથી શેાક, ભય, ક્રેાધ, ઉદ્વેગ, સંતાપ ન થાય, ઉશ્કેરાઈ ન જાય અને સદા આનંદિત—પ્રફુલ્લીત રહે તેની કાળજી પતિએ તથા સાસુએ રાખવી. ધન્ય છે! આપણા દેશની સુશિલ સ્ત્રીઓને, કે જે પેાતાની સગર્ભા જેવી બારીક અવસ્થામાં, પેાતાની અંતરથી નાખુશી હેાના છતાં પેાતાના ઘર કામમાં છડી અવસ્થામાં હેાય તેજ રીતે હદ્દ ઉપરાંતનેા પરિશ્રમ વેઠી સાસુને વા પતિને પ્રસન્ન રાખે છે. અને પેાતાના વ્હાલા જીવની તેમ ગર્ભની દરકાર ન કરતાં પેાતાના સઘળા દુઃખેાને સંતેાષથી સહન કરતાં છેક છેલ્લા દિવસ સુધી એક સરખી તાબેદારી ઉઠાવે છે. પણ ઘણા શેાકની વાત છે કે, પતિ પેાતાની પત્નિને સગર્ભાવસ્થામાં હદ્દ ઉપરાંતનેા પરિશ્રમનેા ભાર એાછેા કરવા ભાગ્યેજ લક્ષ આપતા હેાય. પેાતે બ્હાર સેંકડેા રૂપિયા વ્યર્થ જેવા કામમાં ખર્ચ કરે છે, વા બ્હાર પેાતે **જન્ટલમેન** મ્હેાટા માણસના ઠાઠમાં રહે છે, ત્યારે પેાતાની

અર્ધાંગ સ્વરૂપ સ્ત્રી સગર્ભા જેવી નાજુક સ્થિતિમાં હોવા છતાં એક ગુલામડીની માફક રાત્રિ દિવસ-સખ્ત પરિશ્રમ કરે છે, સંતાપ પામે છે, સખ્ત વૈતરાથી ઉદાસ રહે છે, તેની જરા પણ દરકાર કરતા નથી. વળી " સાસુ " " નણંદનો " તોર નો ગર્ભવંતી તરફ,—તેની અવસ્થા તરફ, તેના ભાવિ ઉપર કંઇ પણ વિચાર ન કરતાં એક સરખું સખ્ત ઉપરીપણું બજાવવા કાંઇ મણા રાખતો નથી. કજીઆ, કંકાસથી ગર્ભવંતીના જીવને હેરાન હેરાન કરી મૂકે છે. હદ્ ઉપરાંતના પરિશ્રમ, કલહ, કંકાસ, શોકથી ગર્ભવંતીનું મન સદા ઉદ્વીગ્ન રહે છે. આથી ગર્ભ ઉપર માઠી અસર થવા પામે છે.

માટે હે યુવતિઓ! તમે કોઇ ગર્ભવંતીનાં નણંદ હશો વા એક દિવસે સાસુ પણ થશો. ત્યારે ખૂબ ધ્યાનમાં રાખજો કે, જો તમારે ઉત્તમ કુલદીપક સંતાનનું સુખ જોવું હોય તો તમારી પવિત્ર ફરજ એજ છે કે જ્યારે પોતાની ભાભી વા પુત્રવધુ અતિ નાજુક–ગંભિર સંયોગોમાં ગુંથાઇ પડી છે,–અર્થાત ગર્ભવંતી હોય ત્યારે તેના વા થનાર બાળકના જીવની દયાની ખાતર પણ તમારી ભાભી વા પુત્રવધુ પ્રફુલ્લીત રહે તેમ તેમની પ્રત્યે ઘણી નરમાશથી વર્ત્તાવ કરવો. તેનું મન—ચિત્ત અને શરીર સદા પ્રફુલ્લીત રાખવા માટે પોતાથી બનતું કરવું, અને ઘણા સ્નેહ ભાવથી, વાત્સલ્ય પ્રેમથી વર્ત્તાવ રાખવો. જેથી ગર્ભિણીનો જીવ તથા ગર્ભ જોખમથી સલામત રહે, અને સર્વાંગે સુંદર, રૂષ્ટપુષ્ટ, સંસ્કારી સંતાન ઉત્પન્ન થવાને કોઇ વાંધો ન આવે. આ બાબત ઉપર પતિએ, સાસુ આદિ કુટુમ્બીઓએ ખાસ લક્ષ આપવું ઘટે છે.

ગર્ભવંતી સ્ત્રીઓએ પોતાનું શરીર અને વસ્ત્ર સ્વચ્છ અને ઋતુ પ્રમાણે રાખવાં જોઇએ. મનને સદા પ્રફુલ્લીત રાખી પતિ, સાસુ, સસરા આદિ વડીલો પ્રત્યે ઘણોજ પુજ્યભાવ રાખવો. બરોબરીઆ સાથે સલાહ, સંપ રાખી પ્રેમભાવ વધારવો અને પોતાથી નાના પ્રત્યે વાત્સલ્ય પ્રેમ ધારણ કરવો. કોઈ પણ રીતે પોતાને ક્લેશ, કંકાસ, શોક ન થાય તેવું વર્ત્તન રાખવું. કારણ ઉપર બતાવી ગયા પ્રમાણે થનાર બાળકને સુસંસ્કારોની છાપ બેસાડવા–તેને અહોભાગ્ય બનાવવા આ ખરેખરી તક છે. માતાના ગર્ભમાં તેને જેવા ઉતમ સંસ્કારો મળશે તેવીજ સંતતી થવાની. માટે આ તકને હાથથી ગુમાવવી નહી. દુષ્ટ સ્વભાવની કુલટાઓ, કુલક્ષણી, દુરાચારણી સ્ત્રીઓ સાથે વાર્ત્તાલાપ તો શું પણ બલકુલ સહવાસ ન રાખવો. ગર્ભ ધારણ કાળથી બાળકનો જન્મ થતા સુધી સવાર સાંજ નિયમિત વખતે નિયમિતપણે ખાનપાન કરવું. ચોખા, મગની દાળ, ઘહું, ઘી, દૂધ, દહીં વગેરે જલદી પચી શકે તેવો હલકો અને સાદો સાત્વિક ખોરાક ખાવો, તેમજ અહિત ન કરે તેવાં શાક ભાજી તથા ઋતુને અનુસરી મશાલો—જેમકે ગરમ ઋતુમાં ધાણા, સુંઠ, જીરૂં વગેરે—તેમ શરદીના દિવસોમાં લવીંગ, તજ, મરી, કેશરનો ઉપયોગ કરવો. ઉન્હાળાના દિવસોમાં સવારમાં દ્રાક્ષ, સફરજંદ વગેરે તથા સરદ ઋતુમાં લીલું નાળીએર, બદામ ચારોળી, મુનક્કા દ્રાક્ષ, ખારેક ખાવી સારી છે. જીરૂં દરેક ભોજનમાં ખાવું વધારે લાભકર્ત્તા છે. માદક દ્રવ્ય, ઘણી તીખી, ખારી, ખાટી ચીજો તથા ગોળ ન ખાવો. વાસી, સુકું, તેમ કઠણ પદાર્થો ન ખાવા. અતિ ભોજન તેમ કવખતે ભોજન તેમ ભારે ખોરાક

ન ખાવો. ગુજરાતમાં ગર્ભિવંતીને "વાયણાં" જમાડવાનો રીવાજ ઘણો સારો છે. પણ તે વખતસર અને ભોજનના પદાર્થ ગર્ભિવંતીને બંધએસ્તા હોય તો તે હિતકર્ત્તા થઈ પડે છે. સોમલતા, ગળો અને પાનનો ઉપયોગ યથારૂચી કરવો હિતાવહ છે. જેમ જેમ પ્રસવ કાળનો સમય પાસે આવતો જાય તેમ તેમ પરિશ્રમ ઓછો કરવો. શાંત રહેવું, મળ મુત્રના વેગને ન રોકવો. રામાયણ, મહાભારત, ગીતા, ઉપનિષદ્ આદિ ધર્મનિતીના ગ્રંથો, બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિ, વા વૈશ્ય જેવા પુત્ર પ્રાપ્તિની ઇચ્છા હોય તે માટે યોગ્ય એવા સદ્‌ગ્રંથો તેમ કથા વાર્ત્તા તથા તે સંબંધી પ્રસંગ વિશેષ રાખવો એ ઘણુંજ ઉત્તમ છે. રાત્રિએ જાગરણ ન કરવું અને દિવસે જરા આરામ લેવો. સુના ઘરમાં જવું નહિ, રાત્રિએ અંધારામાં બ્હાર જવું નહી. વિશુદ્ધ વાયુ અને સારા પ્રકાશવાળા, સ્વચ્છ અને મનને આનંદ પમાડે તેવા ગૃહમાં કુટુમ્બ મંડળમાં રહેવું. તેલથી શરીરને મસલાવવું નહીં. વરસાદનો ગડગડાટ, વિજળીના ચમકારા ભયંકર ચીસો, રૂદન આદિ હૃદયને કંપાયમાન કરે તેવા દેખાવો, શબ્દો કાને ન પડવા દેવા. માથામાં તેલ ન નાખવું. નહી તો નજલો અને તેથી ઉધરસ અને શ્વાસ ઉપડવાનો ભય રહે છે; જેથી ગર્ભપતન પણ વખતે થાય છે. પણ જો તેલ નાખવાની જરૂર જણાય તો તેલમાં અફીણ મેળવીને નાખવું. ઘણીજ હળવેથી—સંભાળીને બેસવું તથા સૂવું—એકદમ ઉભા ન થવું, તેમ બેસવું વા સૂઈ ન જવું. ગર્ભિવંતીને હર્ષયુક્ત રાખવા તેમ ઇચ્છિત ભોજનની દરેક ગર્ભાવસ્થા વખતે આપવાની જરૂર છે. પણ આપણા લોકોની ગેરસમજુત તેમ અંધ શ્રદ્ધાને લીધે આ સર્વ સંસ્કારો માત્ર આનં-

હોત્સાહ પૂર્વક પહેલીજ વખતે (શ્રીમંત સંસ્કાર) ઘણોજ ભારે ખર્ચ કરી ઉજવવામાં આવે છે. પરંતુ ઘણા શોકની વાત છે કે તે પછીના બીજા ગર્ભ વખતે અર્થાત્ ઉત્તરોત્તર ગર્ભ વખતે ગર્ભવંતીને હર્ષને બદલે ભારે શોક તેમ સંતાપનું કારણ થઈ પડે છે. ખરૂં જોતાં તો ઉત્તરોત્તર થતા ગર્ભને ઘણી કાળજીથી સંપોષવામાં આવે તો મનોવાંચ્છિત ફળદાતા થાય છે. અર્થાત્ સ્ત્રીની પુખ્ત ઉમરે થયેલાં બાળકો પ્રથમ કરતા સારા થવા માટે વા બનાવી શકવા માટે ઘણી અનુકુળતા હોય છે.

ગર્ભવંતીએ પાંચ માસ થયા પછી ચતુરદાયીને પોતાની પ્રકૃતિ દરરોજ બતાવતા રહેવું. અને તેની સૂચના પ્રમાણે આહાર તથા વર્ત્તન રાખવાથી પ્રસવકાળે કંઈ ભય જેવું રહેતું નથી. અને સ્વાભાવિક પ્રસવ થાય છે. જઠરાગ્નિ મંદ ન પડે અને અન્નનો સારી રીતે પચાવ થાય તેવા અનુપાનથી અનુભવી કુશળ દેશી વૈદ્યના અનુભવથી સિદ્ધ થયેલી ઔષધિનું સેવન કરવું.

જો સાત માસમાં ગર્ભણીના ઉદરમાં દાહ જણાય તો સરસવનાં ફુલ ૪ માસા, ધાયનાં ફુલ ૪ માસા, પીલી સરસવ ૨ માસા અને મૂળહઠી ૪ માસા, આ સઘળાનું ચૂર્ણ કરી સ્તન અને ઉદર ઉપર ઘસવું. અથવા કુડા જેને કુરછ પણ કહે છે તે ૪ માસા, તુળશીનાં બી ૨ માસા, મોથ બે માસા, આ સર્વેના ચૂર્ણને ઘસવાં. જો સ્તન ઉપર ચળ આવતી હોય તો હાથથી ખણવું નહી. પણ માલતીનાં ફુલ ૬ માસા અને મૂળહટી ૬ માસા બન્નેને ૨ બશેર પાણીમાં ઉકાળી જ્યારે નવટાંક પાણી રહે ત્યારે તેમાં લૂગડું પલાળી તે વતી સ્તનને ધોઈ નાંખવા.

આઠમા માસમાં ઘી નાખી દૂધ ગર્ભિણીએ પીવું. અને નવમા માસમાં ગુહ્યેંદ્રિય ઉપર તેલનો ફેાયો મૂકવો. આ પ્રકારે ખાનપાન અને વ્યવહાર રાખવાથી ગર્ભને સુસંસ્કારો મળશે, અને ગર્ભિણીના આનંદ અને ઉત્સાહમાં વૃદ્ધિ થશે, પ્રસવ સુખરૂપ થશે, અને સંતાન ઉત્તમ—મનોવાંચ્છિત થશે—અસ્તુ.

ગર્ભપાતના લક્ષણો, કારણો.—ભ્રુણ અર્થાત્ ગર્ભ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરતા પહેલાં જરાયૂમાંથી ઝરવા માંડે તેને ગર્ભસ્ત્રાવ કહે છે. આ ગર્ભસ્ત્રાવ માટે અનેક કારણો હોય છે. તેમાં ગર્ભિણીના શરીર અને મનની સ્વસ્થતા ઉપરજ વિલમ્બથી વા જલદીથી પ્રસવ થવાનો સંભવ છે. ગર્ભિણીને ઓચિંતો ધ્રાસ્કો પડે, કોઇ ઉંચી જગોએથી પડે અથવા પગ જોરથી ખશી જાય, મન કોઇ પ્રકારે ભારે ઉશ્કેરાઈ જાય, અથવા એકદમ હદથી વધારે ભય પામીને વા શોકથી વિહ્વલ થાય, વિગેરે અતિશય શારીરિક વા માનસિક પરિશ્રમ, રાત્રિ જાગરણ, પતિસંગ, વા અતિ આમોદ અલ્હાદથી જરાયૂ શિથિલ થઇને ગર્ભસ્ત્રાવ થાય છે. વળી પિતા વા માતાને ઉપદંશ રોગ હોય તો, તેથી પણ ગર્ભસ્ત્રાવ થાય છે. એક વખત કસુવાવડની ટેવ પડી એટલે તેજ વખતે ફરી થાય છે. આવી સ્ત્રીઓને જેમ ગર્ભપતન જલદી થાય છે, તેમ ગર્ભ પણ જલદી રહે છે. માટે ગર્ભ પતન ન થાય એ સાવચેતી પ્રથમથીજ રાખવાની ઘણી જરૂર છે. માટે પહેલા કસુવાવડ થઈ હોય અને ફરી ગર્ભ ધારણ પછી તે વખત આવવાનો સમય થાય તેના થોડા દિવસ પહેલાથી કાંઇ વધારે મહેનતનું કામકાજ કર્યા વગર સ્વસ્થ પડી રહેવું, અર્થાત્ એ મુદત્ ટળતા સુધી શાંત અને સ્થિર રહેવું' એ કસુવાવડ

ટાળવાનો અકસીર ઉપાય છે. તેમજ ગર્ભ રહ્યા પછી પુરૂષ સંગ નીકરવો, ઠંડા પાણીએ નહાવું નહી, ઠંડા પાણીથી ભીંજવેલી લૂગડાંની ઘડી પેઢા ઉપર રાખવી. અતિ તિક્ષ્ણ-ઉષ્ણ-ગરમ પદાર્થો ખાવાથી તેમજ વિષમ ભોજનના સેવનથી, ભય પામવાથી, વગેરે કારણને લીધે કાચો ગર્ભ ટૂટી પડે છે તેને ગર્ભશ્રાવ કહેછે. ચોથા માસ પહેલા જે ગર્ભ પડે છે તેને ગર્ભપાત કહે છે. ગર્ભવંતીની નસોમાં અત્યંત પીડા થવી, શરીરનું ટાઢું પડી જવું, કુલામાં કમ્ કમ્ જેવું દરદ થવું, સ્તનનું કરમાઇ જવું, દૂધ નીકળવું અને ગર્ભાશયમાં પીડા થવી, આ ચિન્હો ગર્ભશ્રાવ વા ગર્ભપાતનાં છે. આ ચિન્હો જણાતાં ચતુર વૈદ્ય પાસે ઔષધોપચાર કરાવવો. જેથી ભાવિ સંકટ ટળી જાય, અને સુખરૂપ પ્રસવ થાય.

જે સ્ત્રીનો ગર્ભ હરતોફરતો ન હોય, પ્રસવવેદના થતી ન હોય, શરીર કાળું વા ઢીલું પડી ગયું હોય, ટાઢું પડી ગયું હોય, શ્વાસમાં દુર્ગંધ આવતી હોય, પેટમાં ઘટ્ટ પદાર્થ પડયો હોય એમ લાગે, બન્ને આંખો શિથિલ થઇ ગઈ હોય, ઉંડા ઉંડા શ્વાસ નીકળતા હોય, મળ, વા મૂત્ર વખતસર ન થાય, તો જાણવું કે ગર્ભ મરણ પામેલો છે. આવી દશામાં કોઈ ચતુર વૈદ્ય વા ડાકટર પાસે ઔષધોપચાર કરાવવો જોઇએ.

ગર્ભમાં પુત્રનાં લંક્ષણો—(૧) ગર્ભવંતી સ્ત્રીની જમણી છાતી ડાબી કરતાં સ્હેજ મોટી થાય છે, અને તેમાંથી પ્રથમ પાતળો અને સફેદ ચીકણો પદાર્થ નીકળે છે. (૨) જમણી આંખ સ્હેજ મોટી દેખાય છે. અને ભારે લાગે છે. (૩) કપાળ અને નાકની દાંડી ચકચકિત અને તેજદાર દેખાય છે, અને બાકીનો ચ્હેરો ફીકો માલૂમ પડે છે. (૪) છાતી (ડીંટડી) આસપાસનું

મંડળની જાંબુડા રંગનું દેખાય છે. (૫) પેટ જમણી બાજુએ મોટું થાય છે અને પાટલી ડાબી બાજુએ ખશી જાય છે તે ઉપરથી સમજવું કે (૬) છોકરૂં જમણી બાજુએ ફરકે છે. (૭) છાતીમાંથી નીકળતો ચીકણો પદાર્થ ભીંત ઉપર લગાવ્યો હોય તો સૂકાયા પછી અબરખની માફક ચળકે છે. અને વર્ષાદના પાણીમાં નાંખ્યો હોય તો તે તળીએ બેસે છે. (૮) ડુંટીનો ભાગ ઉપસી આવે છે, અને ૦ા ઈંચ ઉપર આવે છે. (૯) ચાલતી વખતે જમણો પગ પહેલો પડે છે અને તે હલકો પડે છે.

પુત્રીનાં લક્ષણો—(૧) બન્ને છાતી સરખી રહે છે પરંતુ પ્રથમ ડાબી છાતીમાં પીળો પદાર્થ નીકળે છે. (૨) બન્ને આંખો સરખી રહે છે. (૩) આખો ચ્હેરો તેજદાર અને ચળકાટ મારે છે. (૪) છાતીની આસપાસનું મંડળ કાળા રંગનું રહે છે. (૫) પેટ ડાબી બાજુ તરફનું મોટું થાય છે. (૬) છોકરૂં ડાબી બાજુએ ફરકે છે. (૭) છાતીમાંથી નીકળતો ચીકણો પદાર્થ ભીંત ઉપર લગાવ્યો હોય તો સૂકાયા પછી ચળકાટ મારતો નથી અને વર્ષાદના પાણીમાં નાંખ્યો હોય તો તે ઉપર તર્યા કરે છે. (૮) ડુંટીનો ભાગ ઉપર આવતો નથી. (૯) ચાલતી વખતે પ્રથમ ડાબો પગ પડે છે, અને તે ભારે હોય છે.

પ્રથમ મહિનામાં ગર્ભ બીજ રૂપે હોય છે. બીજા મહિનામાં પીંડાકાર બને છે. ત્રીજા મહિનામાં સંપૂર્ણ ઇંદ્રિયો ને અંગ–અવયવો એક જ વખતે ઉત્પન્ન થાય છે. આ વખતે તેના ચિત્તમાં વેદનાઓની ઉત્પત્તિ થાય છે. તેથી ગર્ભ કુખમાં ફડકેછે. આ વખતે ગર્ભિણીની ઈચ્છાની વિરૂદ્ધ કાંઈ ન કરવું. આ વખતે ગર્ભિણી જે જે વસ્તુની મરજી કરે તે તેણે આપવું. પણ કોઈ

ગર્ભનાશક કામ ન કરવું. જો ગર્ભણીનું મન કોઇ તીવ્ર વસ્તુ ઉપર ચળાયમાન થાય તો તેની ઈચ્છાને ન રોકતાં તેમાં હિતકારી વસ્તુ મેળવીને આપવું, કારણ કે તેની ઈચ્છાને રોકવાથી વાયુ રોધિત થઈ શરીરમાં જઇ ગર્ભને નષ્ટ કરી નાંખે છે અથવા કુરૂપ બનાવી દે છે. તે સંબંધમાં પાછળ વિસ્તારથી વાંચવામાં આવ્યું છે. પાંચમા મહિનામાં ગર્ભ સ્થિત થઈ જાય છે, તેથી ગર્ભણીનું શરીર ભારે થઇ જાય છે. છઠ્ઠા મહિનામાં ગર્ભનું બળ અને વર્ણ અધિક વધે છે, તેથી સ્ત્રીના બળ અને વર્ણની ઘણી હાની થાય છે. સાતમા મહિનામાં ગર્ભ સર્વ રીતે પરિપૂર્ણ થઇ જાય છે, તેથી કરીને ગર્ભણી સ્ત્રી તે માસથી ઘણી મલીન થાય છે. આઠમા મહિનામાં રસવાહિની નાડીઓદ્વારા ગર્ભથી માતા, અને માતાથી ગર્ભ વખતો વખત *ઓજસ્‌ને લેતા રહે છે. તેથી માતા વખતોવખત આનંદિત અને વખતોવખત મલીન-શોકાતુર થઈ જાય છે. આ વખતે અતિ સાવધાનીથી કામ લેવું જોઇએ. માતાની કુક્ષિમાં (કુખમાં) ગર્ભનું મ્હોં માતાની પીઠની તરફ હોય છે. માથું બધા અંગોને સંકેળીને જરાયૂમાં વિંટલાઇને રહેલ હોય છે. ગર્ભની નાભીમાં એક નાડી હોય છે, જેને નાળ કહે છે તે માતાના હૃદય સાથે જોડાએલી હોવાથી તે મારફ્ત ગર્ભને આહાર-રસ મળ્યા કરે છે.

વાળ, દાઢી, મુછ-રોમ, હાડકાં, નખ, દાંત, રગો, નસો, નાડી અને વિર્ય એ પિતાના અંશથી બને છે. માંસ, રૂધિર, મેદા, મજ્જા, હૃદય, નાભિ યકૃત (-કાળજું) તિલ્લી, ઇંદ્રિય વગેરે કોમળ પદાર્થો માતાના અંશથી ઉત્પન્ન થાય છે. શરીરનું વધવું,

* સાત ધાતુના સારાંશને ઓજસ કહે છે.

બળ, વર્ણ, વૃદ્ધિ અને હાનિ (–વધઘટ) રસથી ઉત્પન્ન થાય છે. આત્મજ્ઞાન, મન, ઇંદ્રિયગણ, પ્રાણ, અપાન, પ્રેરણ, ધારણ, આકૃતિ, વર્ણ, સુખ, દુઃખ, ઇચ્છા, દ્વેશ, ચેતના, ધૃતિ, બુદ્ધિ, સ્મૃતિ, અહંકાર, અને પ્રયત્ન, આત્માથી ઉત્પન્ન થાય છે; અને ભક્તિ, શિલ, શૌચ, દ્વેશ, મોહ, ત્યાગ, માત્સર્ય, ભય, ક્રોધ, તંદ્રા, ઉત્સાહ, મૃદુતા, ગંભિરતા અને ચંચળતા સત્વથી ઉત્પન્ન થાય છે.

—:૦:—

પ્રકરણ ૬ ઠું.

પ્રસવકાળ.

ગર્ભ પૂર્ણ થવાના થોડા દિવસ પૂર્વે એટલે નવ માસ અને દશ દિવસ પૂરા થવાના બે ચાર દિવસ અગાઉથી પ્રસવ થવાના પૂર્વ લક્ષણ થોડે થોડે જણાવવા લાગે છે. પ્રથમ જરાયૂ પેઢામાં ઉતરી પડે છે અને ત્યાં વર્તુળાકાર વા ગોળકાર ધારણ કરે છે. ગર્ભ પેઢામાં ઉતરવાથી પેઢામાં અત્યંત દબાણ પડે છે. અને તેથી ગર્ભણી મળ મુત્રના વેગને ધારણ કરી શક્તી નથી. મળ મુત્રના દ્વાર ઉપર દબાણ પડવાથી મળમુત્ર ત્યાગ કરતાં ગર્ભણીને અતિ કષ્ટ થાય છે. વખતે એકદમ એક બે દિવસ સુધી કોઠો બંધ થઈ જાય છે. આમ થયું હોય ત્યારે એરંડેલ અથવા બીજો કંઇક હલકો જુલાબ આપવાની અતિ જરૂર છે. મળ સાફ ન હોવાથી પ્રસવ સમયે ઘણું જોર પડે છે. જરાયૂ પેઢામાં નીચે ઉતરે છે ત્યારથી ગર્ભણીનું શરીર ઘણું ભારે થાય છે; જેથી કરીને ગર્ભણીને ચાલતાં તેમ ઉઠતાં, બેસતાં ભારે કષ્ટ થાય છે.

આશ્ચર્યની અને દુઃખની વાત છે.કે પ્રસવ વખતે જેટલું કષ્ટ મનુષ્ય પ્રાણીને ખમવું પડે છે, તેટલું બીજા કોઈ પ્રાણીને ખમવું પડતું નથી. શું મનુષ્ય પ્રાણી ઉપર વિધાતાનો કાંઈ કોપ છે? ના, તેમ કાંઈ નથી. પરંતુ મનુષ્યની પોતાની જ બેદરકારી તથા ભૂલને લીધે તેમ બને છે. (૧) મનુષ્ય પ્રાણીનું વિલાસીપણું તેમ જ જીવન વ્યાપારમાં અનેક અસ્વાભાવિક્તા, (૨) પ્રસૂતિના સૂવાવડ ઘરની અતિ નિંદ્ય હલકી વ્યવસ્થા, (૩) અનાડી દાયણની મૂર્ખતા, અને અસાવધપણું એ મુખ્ય કારણ હોવાને લીધે આપણામાં સૂવાવડ એ સ્ત્રીજાતિને જીવનમાં ઘાતરૂપ, ભયરૂપ ગણાય છે.

પ્રસૂતિ સૂવાવડમાંથી સહીસલામત ઉઠશે કે કેમ તે માટે શંકા જ રાખવામાં આવે છે. અને સૂવાવડમાંથી ઉઠવું એ મૃત્યુના મ્હોંમાંથી છૂટવા જેવું ગણાય છે. આ સર્વેનું મૂખ્ય કારણ બીજું કંઇ નહી પણ મનુષ્ય પ્રાણીનું વિલાસીપણું અને જીવનવ્યાપારમાં અસ્વાભાવિકપણું જ મૂખ્ય છે. શરીરશાસ્ત્ર તેમ કુદરતના કાયદા વિરૂદ્ધ તો શું પણ હદ્દ ઉપરાંત વિષય વ્યાપારમાં અંધ બનવાથી તેમ જીવન વ્યાપારમાં અસ્વાભાવિક વર્ત્તનથી મનુષ્ય પ્રાણીને ભય, શોક, આધિ, વ્યાધિ ને ઉપાધિનો ઘણો કડવો અનુભવ મળતો હોવા છતાં પણ શાણપણામાં નથી આવતા, ને ઉલટા પોતાના જ અવિચારી કૃત્ય બદલ અનેકાનેક સંકષ્ટો—આપદા ભોગવે, તેમાં વિધાતા-વા પ્રારબ્ધ વા દૈવ કોઇનો પણ દોષ નથી; એતો સિદ્ધાંત જ છે કે જનક જનનીના પવિત્ર કાર્યસકળ ઉપર શિશુના સુજન્મ અને નિરાપદ્દ પ્રસવનો આધાર છે.

(૨) આપણાં લોકોનો સૂવાવડની બાબતમાં વિચાર વગ-

રનો આચાર તથા ધણી જોખમની બાબતમાં પણ ભૂલ ભરેલી કંજુસાઇને લીધે ધણા અમૂલ્ય જીવોનો આપઘાત થાય છે. પાછળથી ધણો ખર્ચ કરે છે, પસ્તાય છે, પણ અનર્થ થવાનાં મૂળ કારણ તરફ સ્વપ્ને પણ લક્ષ આપતા હોય એમ જણાતું નથી.

આ અતિ મહત્વના કારભારમાં પુરૂષ મંડળીને તો જાણે સ્નાન સૂતક જ નથી તેમ અળગા રહેવાનો એક ઘાતકી રીવાજ પડી ગયો છે. ત્યારે અભડછેટની ઘેલછામાં લાભ હાની ન સમજનાર અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ "સૂવાવડ" બાબતના "સર્વ હક્ક સ્વાધિન" રાખી, પ્રસૂતિ તથા થનાર બાળકના સર્વ સંકષ્ટો જીવ સટના હોવા છતાં તે પ્રત્યે એક સાધારણ રોગી મનુષ્ય કરતાં પણ હજારો દરજ્જે બેદરકારી-ગફલતી રાખવામાં આવે છે. સાધારણ રોગીને માટે વા કેદીને માટે શુદ્ધ એક સારી ઓરડી, સારા ખાટલા, ગોદડાં, તથા ઔષધ પાણીની યથોચિત વ્યવસ્થા રાખવામાં આવે છે; પણ કોણ જાણે આ દેશની પ્રસૂતિઓએ તેમ આ સંસારમાં પ્રથમ જ આગમન કરનાર પ્રજાએ એવો તો અપરાધ કર્યો જણાય છે કે, પ્રસૂતિ માટે એક ઉંડી ભોંયરા જેવી અંધાર કોટડી, જેમાં એક ભાગીતૂટી ખાટલી, તથા અતિ મેલા ફાટયા તૂટયા ગાભા ઓઢવા પાથરવા એકઠા કરી, બીજી કોઈ પણ વ્યવસ્થા કર્યા વગર પ્રસૂતિને તથા બાળકના જીવનનો આધાર તેમના પારબ્ધ ઉપર રાખી, કૃતકાર્ય થાય છે. આ સૂવાવડગૃહ તથા સૂવાવડીના પાથરવાના તેમ ઓઢવાના ગાભા એવા તો નિકૃષ્ટ હોય છે કે, સારો નિરોગી માણસ પણ તેના ઉપયોગથી જરૂર હેરાન થયા વગર રહે નહી. આ સ્થિતિમાં ગમે તેવા સ્વાભાવિક સુખરૂપ પ્રસવમાં પણ માઁ તથા બચ્ચાંની

તબીઅત બગડયા વગર રહે નહી. સુવાવડ જેવી ગંભીર અવસ્થામાં જ્યારે વિશુદ્ધ હવા, જોઈતા પ્રમાણમાં પ્રકાશ, પૂરતાં બિછાનાં, પૂરતા આરામ અને ઔષધોપચારની ખાસ જરૂર છે, ત્યારે તે બિચારી પરાધિન પડેલી સુવાવડીને ધર્મ વ્હેમના ભોગ થઈ સર્વ સંકષ્ટો મૂંગે મ્હોડે સોસવાં પડે છે. કહેવાની મતલબ કે, આપણાં સુતિકાગૃહ અતિ નિંધનીય તેમ ભારે ભય ભરેલાં હોવાથી તેમાં સૂધારો થવાની ખાસ જરૂર છે. પુરૂષ મંડળીની કઠોરતાને લીધે આપણા દેશની સ્ત્રી જાતિ પ્રત્યે આવો વર્ત્તાવ થાય છે. અર્થાત્ તેમના પ્રત્યે પુરૂષ જાતિ આટલી કઠોરતાથી વર્ત્તે છે. તથાપિ સ્ત્રીજાતિ પોતાના દાસી સ્વરૂપના સ્વધર્મને પૂર્ણપણે સમજતી હોઈ ચૂં કે ચાં કરતી નથી. આશા રાખવામાં આવે છે કે સુજ્ઞ, નીતિવાન, ધૈર્યવાન પુરૂષો જરૂર આ બાબતમાં ધ્યાન આપી સુતિકાગૃહ માટે જોઇતા પ્રમાણમાં હવાદાર તેમ પ્રકાશવાળી સ્વચ્છ જગાને પસંદ કરી, તેમાં એક સારો ખાટલો તેમ બિછાના, તકીઆ, વોટરપ્રુફ ચાદર તથા પહેરવા ઓઢવા માટે તંગ ન હોય એવાં ઋતુને અનુકુલ સ્વચ્છ વસ્ત્ર પૂરાં પાડવાં, તથા યોગ્ય ઔષધોપચાર, ખાનપાનની વ્યવસ્થા કરવામાં હિચકારાપણું નહી દાખવે. આથી પ્રસવ સુખરૂપ થશે અને કાંઈ વિઘ્નોની આશંકા સુદ્ધાં રહેશે નહી. એ નક્કી સમજવું કે આ સગવડ માટે થતો ખર્ચ, પ્રસુતિને મંદવાડ તેમ બાળકની તંદુરસ્તીના પ્રમાણમાં અથવા નહીતો જો પ્રસુતિ તેમ બાળક માંદા પડે, વા મર્ણ પામે તો પાછળથી ઉતરક્રિયા માટે કરવા પડતા ખર્ચ આગળ કંઈ વિસાદ જેવો નથી. વળી મનુષ્ય પ્રાણીના જીવન વ્યાપારમાં હદથી ઉપરાંત અસ્વાભાવિકપણું વધી જવા પામ્યું છે; તે હાલતમાં સુખ

રૂપ સ્વાભાવિક સુપ્રસવની આશા તો ક્યાંથી જ રખાય ? આ જમાનો જ " નાજુકાઈ " નો પ્રવૃત્તિ રહ્યો છે. દિવસે દિવસે પ્રજામાં ખોટી નાજુકાઈ વધતી જવાને લીધે અને તેમાં વળી અયોગ્ય કાળમાં વિષયવ્યાપારમાં પડવાથી રહેતા ગર્ભ નિર્વિઘ્ને પ્રસવ થાય એ સર્વદા અસંભવિત જ છે. વળી આપણે જોઈએ છીએ અને સાંભળીએ છીએ કે રબારી, કોળી, ઠાકોર, આદિ ગામડામાં વસ્તી જાતિની સ્ત્રીઓ કરતાં પ્રસવકષ્ટ ઉચ્ચ વર્ણ ગણાતી પણ નાજુક બની ગયેલી, ભોગ વિલાસીણી, કાચી ઉમ્મરે ગર્ભ ધારણ કરવાથી તથા જીવનવ્યાપારમાં અસ્વાભાવિકપણાને લીધે સ્ત્રીઓને ઘણું જ કષ્ટ ભોગવવું પડે છે. એટલું જ નહી પણ વખતે પોતાનો તેમ સંતાનનો જીવ જોખમમાં આવી પડવાનો ભય ઉભો થાય છે. યૂરોપ અમેરિકા વગેરે સુધરેલા દેશની તેમ ગામડાની સ્ત્રીઓના સંબંધમાં સુવાવડ એ " ભય " " સંકષ્ટ " રૂપ લેખાતું નથી. ત્રીજે દિવસે તો સુવાવડી એક તંદુરસ્ત સ્ત્રી માફક ઘરમાં હરે ફરે છે. ને ૧૫-૨૦ દિવસ પછી તો પૂર્વ કરતાં દિવસે દિવસે વિશેષ યૌવનાવસ્થામાં આવી સુદૃઢ બનતી જાય છે. ૧૦-૨૦ સંતાન થયા છતાં પણ શરીરનો બાંધો લથડી ગયેલો જણાતો નથી. ત્યારે આપણા દેશની શહેરી સ્ત્રીઓ એક બે સંતાનમાંજ વૃદ્ધાવસ્થાને પહોંચી જાય છે; ને પ્રસવ સમયે મહા વ્યથા ભોગવવી પડે છે ને વખતે તે અવસ્થામાં પ્રાણાંત પણ થાય છે. જો આપણા લોકો ઉતરતા પ્રાણીઓ, તેમ યુરોપ, અમેરિકા, દેશના લોકોની તેમ આપણા જ દેશના ગામડાના લોકોની સગર્ભાવસ્થાની રહેણી જોઇને પોતે તદનુંસાર પોતાનું સર્વ વર્તન રાખે તોજ આ સર્વ " ભય, " પ્રાણહત્યા, સંકષ્ટો

તેમ પ્રસૂતિ તથા બાળક રોગ, મર્ણુ આદિના સપાટામાંથી મુક્ત થઈ સૂવાવડ શોકને બદલે ખરેખરો હર્ષનો વિષય થવા પામે–અન્યથા નહી. અધુરામાં પુરૂં આપણા દેશની અજ્ઞાન તુંડ મીજાજી બેપરવા, ઉગ્ર, નિર્દય, કઠોર સ્વભાવવાળી દાયણો બાળક અને તેની જનેતા બન્નેના જીવલેણ શત્રુની જ ગરજ સારે છે. પ્રસવ વખતે આ દાયણો તરફથી ચલાવવામાં આવતી વર્ત્તણુક ખરેખર ઘાતકી જ હોય છે. પ્રસવનાં પૂર્વ લક્ષણો પૂરેપૂરાં નજરે પડયાં પણ નથી હોતાં, પ્રસવનો ખરો વખત પણ થયો હોતો નથી છતાં પ્રસૂતિને ઉઠ બેસ કરાવવામાં, ધમકાવવામાં, જબરજસ્તી ગુજારવામાં તે શૂરીપૂરી બની જાય છે. બિચારી જણનારીને શરૂવાતમાં જ નિરૂત્સાહ, શિથિલ, અર્ધમોઈ કરી મૂકે છે. આવી અનાડી દાઇઓના હાથમાં આ મહા વ્યથાયુક્ત જણનારીને સોંપવી એ મહાભય ભરેલું છે. માટે સર્વ ભાવિ વિઘ્નોને ટાળવા તરૂણ, બળવાન, સુઘડ, શાંત, માયાળુ અને પોતાના ધંધામાં અતિ કુશળ તેવી દાયીને જ રોકવી અને મદદમાં પણ તેવી જ સ્ત્રીઓ રાખવી, કે જેમને ઘણા પ્રસવનો અનુભવ હોય, સંતાન થયાં હોય, જે પ્રસૂતિ સાથે પ્રેમ રાખતી હોય, પ્રસન્ન ચિત્ત ઉત્સાહી, અને ધૈર્યવાન હોય. આમ થવાથી પ્રસવ સુખરૂપ થશે.

પ્રકરણ ૭ મું.

સુપ્રસવ.

"Mysterous to all thaught,
A mother's prime of Bliss,
When to her eager lips is braught.
Her infant's thrilling kiss".—Kebble.

પ્રસવ ક્રિયા, જગનિયંતાની અદ્દભુત આશ્ચર્ય ઘટના કૌશલ્યનો નમુનો-પરમ રહસ્ય છે. આ ક્રિયા પ્રાકૃતિક હોવાથી તેની ક્રિયામાં મદદ રૂપ બનવાથી સુખ અને તે વિરૂદ્ધ કાર્ય કરવાથી દુઃખ ભોગવવા પડે એમાં કાંઈ આશ્ચર્ય નથી. અર્થાત્ યોગ્ય ઉમરે ગર્ભ ધારણ કરવાથી અને સુનિયમ પુર્વક અને સાવધાનીથી આહાર વિહાર રહેણીકરણી રાખવાથી પ્રસવ વખતે કાંઈ પણ ધાંધલ, ભય-દુઃખ આદિની શંકાનું લેશપણ કારણ રહેતું નથી. પરંતુ માણુસ જાતિની અસ્વાભાવિક પ્રવૃત્તિને લીધે પ્રસવ વખતે સ્ત્રી જાતિને જેટલું કષ્ટાવવું—દુઃખ પામવું પડે છે, તેવું સૃષ્ટિમાં અન્યને કષ્ટાવવું દુઃખ પામવું પડતું નથી.

પ્રસવ થવાનો સમય ગર્ભણીને સ્હેજ સ્વભાવે અગાઉથી જણાઈ આવે છે. પ્રસવના ૮-૧૦ દિવસ અગાઉ ગર્ભણીને પહેલાં કરતાં કંઈક સુખ જણાય છે, શરિર બીલકુલ હલકુ થયા જેવું લાગે છે, શ્વાસોશ્વાસ છુટથી લઇ શકાય છે. હુશીયારી આવતી જણાય છે, અને હરવા ફરવાની ઈચ્છા થાય છે. કારણ, આ વખતે બાલક નિચે પેઢામાં ઉતરે છે. ગર્ભણીનું ઉદર-પેટ શિથિલ

થાય છે, શાથલોમાં શુળ આવે છે, વખતો વખત મલમુત્ર વિસર્જન કરવાની ઇચ્છા થાયછે, કાંઇ બળતરા થાયછે; આ લક્ષણો જણાય ત્યારે જાણવું કે પ્રસવ સમય હવે પાસે જ આવી પહોંચ્યો છે. મળ મૂત્રાશય ઉપર વધારેનો ભાર પડવાથી મળમુત્રનો અટકાવ થાય છે. શૈાચનો અટકાવ થયેા જણાય તો અરંડેલ તેલનો મૃદુ રેચ વા ગુદાદ્વારી બસ્તી આપવી. પ્રસવ થવાનો બીલકુલ વખત આવી પહોંચે છે ત્યારે પ્રસૂતિની કમર, પીઠમાં અતિશય વેદના થાય છે, મુત્ર ત્યાગ વખતે પ્રસવદ્વારના મુખ ઉપર કફ આવે છે. પ્રસવદ્વારમાં ઘણી વેદના થાય છે. કારણ આ વખતે ગર્ભાશયમાંથી સંતાન બ્હાર આવવાની ક્રિયા ચાલુ હેાય છે. ગર્ભસ્થાન નીચે ઉતરતું હેાવાથી ગર્ભાશય તેમ તે સંબંધના ભાગ જોઇતા પ્રમાણમાં નાના મ્હોટા તેમ નરમ થવાની ક્રિયા ચાલુ હેાવાથી તે ભાગના તંતુ ઉપર ભાર પડવાથી ઉગ્ર વેદના થાય છે. આ વખતે ગર્ભણીએ હરવા ફરવાથી પ્રસવ ક્રિયામાં મદદરૂપ થઇ પડે છે, જરાયૂમાંથી (ગર્ભાશય) માંથી બાળક બહાર આવવાની ક્રીયા ચાલુ હેાવાથી જરાયૂ વખતોવખત સંકેાચાય છે ને ઉઘડે છે. જરાયૂનું મ્હેાં જેટલું વધુ સંકેાચાશે તેટલું જ તે વધારે ઉઘડે છે. આથી જરાયૂમાં રહેલા બાળકને બ્હાર નીકળવા રસ્તો મળે છે. શિશુ જરાયૂમાં ઓર-પાણી જેવા એક જાતના પ્રવાહી પદાર્થમાં સ્થિત હેાય છે. જરાયૂનું મ્હેાં ઉઘડવાની સાથે તે પ્રવાહી પદાર્થ બ્હાર નીકળવા માંડે છે, ને બાળકનું મસ્તક જરાયૂના મ્હેાં તરફ ઝુકી પડે છે. ગર્ભસ્થાનમાં દુઃખવા લાગે તે વખતે ગર્ભણીએ થેાડું હરવું ફરવું એટલે પ્રસવ જલદીથી અને સુલભતાથી થશે.

પ્રસવ થતા પહેલાં વખતે ગર્ભિણીને કંપ છુટે છે. પણ આથી ઘણે ભાગે પ્રસવ જલદી થાય છે. વખતે ઉલટી વા ઉપકા પણ આવે છે. આથી જરાયૂનું મ્હોં વહેલું ઉઘડી જલદી પ્રસવ થવા પામે છે. પણ કેટલીક મુર્ખ દાયણો મ્હોંમાં આગળાં ઘાલી વા કાંઇ ઔષધ આપી પરાણે ઉલટી કરાવવા પ્રયત્ન કરે છે, પણ આ સર્વ ચેષ્ટા જોખમકારી છે. પરાણે ઉલટી કરાવવાથી વા અન્ય ચેષ્ટા કરવાથી પ્રસવ થવાની ક્રીયાને કાંઇ મદદ મલતી નથી, પણ ગર્ભિણી દુર્બળ અને અશકત બને છે. વળી પ્રસૂતી પ્રસવ વેદનાથી મહા હેરાન હોઇ મુર્છિત અવસ્થામાં હોય છે તે વખતે અનાડી સુયાણી તેને જોરથી કરાંઝવા વા જોર કરવા બ્હીવરાવે છે–ધમકાવે છે–રોવરાવે છે. આથી પ્રસુતિ નિરાશ બને છે. પરાણે કરાંઝવાથી વા જોર કરવાથી પ્રસવ જલદી થશે એમ બનતું નથી. કારણ પ્રસવ એ એક સ્વાભાવિક ક્રિયા છે, તેમાં ગ્હાય તેટલું જોર કરવાથી સંતાન ભૂમિપર વ્હેલું પડી શકતું નથી. પ્રસવ થવાનો સ્વાભાવિક વખત થશે એટલે પ્રસૂતિને કરાંઝવા–વેગ આપવા–જોર કરવા આંતરિક સ્ફુરણા સ્હેજ સ્વભાવે થશે અને પ્રસવ સરલતાથી થશે. કારણ પ્રસવકાર્ય યત્નસાધ્ય ક્રિયા નથી. વખતે પ્રસવ કાળ લંબાણ ઉપર પડે તો પણ કોઈ પ્રકારની અસ્વભાવિક ચેષ્ટા કરવી નહી. આથી લાભને બદલે નુકસાન વિશેષ થાય છે. માત્ર જરૂર જણાયે વગર સંકોચે કુશલ વૈદ્ય, ડાકટર વા મીડવાઇફની મદદ જરૂર લેવી. ઈચ્છા વગર પ્રસૂતિને કાંઈ પણ ખાવા આપવું નહી; પ્રસવ પહેલાં તરસ લાગે તો સ્હેજ ઉનું પાણી આપવાથી પ્રસવ ક્રિયામાં ફાયદો થશે. પ્રસવ થવાનાં લક્ષણો નજરે પડે એટલે સારી રીતે તૈયાર કરેલી કાંજી પાવી અને સારા સુ-

ખરૂપે ઓસિગણુ તથા કોમલ બીછાના ઉપર સુવાડવી.

પ્રસવ થવાના વખતે કેટલીક ડોઢડાહી મુર્ખ સ્ત્રીઓ આવા જીવશટેના બારીક વખતે એકમેક કાંનમાંના ગુચપુચ કરે છે ને બડબડે છે કે, "હા મારી બાઈ! ફલાણીતો સુવાવડમાં આવી જ રીતે કષ્ટાઇ કષ્ટાઇને મરી ગઇ. ફલાણીને તો વલગણુ હતુ તે કેમે કરી છુટકો થાય નહી." વીગેરે વીગેરે વાતો કરી બિચારી પ્રસૂતિને બ્હીવરાવી આશાભંગ કરેછે આથી ભયંકર પરિણામ આવે છે માટે આવી ચામડી મુર્ખ સ્ત્રીઓને હાજર રાખવી નહી.

સ્વાભાવિક પ્રસવમાં બાળકનું માથું પ્રથમ દેખાય છે પણ અસ્વાભાવીક પ્રસવમાં હાથ પગ વા શરીરનો બીજો ભાગ દેખાય છે. આવા અસ્વાભાવિક પ્રસવ વખતે ગર્ભણી પોતાનું જોર કરવા અસમર્થ થઇ હોય છે ત્યારે જો દાયણ મહા કુશળ નથી હોતી તો પ્રસૂતીને મહા હેરાન થવું પડે છે અને મુર્ખ અનાડી દાઈ કેશ એટલો તો ચુંથી નાખે છે કે પછી ચતુર વૈદ્ય, ડોકટર વા મિડવાઇફ પણ તે સુધારવા કાંઇ કરી શકતા નથી. માટે આ કામમાં કુશળ દાઇ રોકવાથી પરિણામ આનંદદાયક આવે છે; તે ભૂલવું જોઇતું નથી.

ગર્ભનું મસ્તક પ્રસવદ્વારના મુખમાં આવે કે તુરત પ્રસુતિએ ડાબે પડખે થવું. માથું બહાર દેખાય કે તુરત સુયાણીએ તે (મસ્તક) જમણા હાથમાં લેવું. જોરથી દાબવું નહી, પછી જેમ જેમ શરીરના બીજા ભાગ બ્હાર આવવા માંડે તેમ તેમ કાખમાં હલવેથી આંગળી નાખી ઘણી સાવધાનીથી માથાને ધીરે ધીરે પોતાની તરફ લેતા જવું. આ ક્રિયામાં જરા પણ ગફલત થવાથી ગલાફાંસો આવી જંવાનો ભય રહે છે. આખું શરીર બ્હાર—હાથમાં

આવી ગયા પછી બીજી ચતુર સ્ત્રીએ પ્રસૂતિનું પેટ ઉપરથી નીચેની તરફ હાથથી દાબતા જવું, તે પાટો બંધાઇ રહેતાં સુધી આ પ્રમાણે દાબવાની ક્રિયા ચાલુ રાખવી. શિશુ ભૂમિ ઉપર પડયા પછી જરાયૂ સંકુચિત થવા માંડે છે તેથી પ્રસવ વેદનાના જેવી વેદના આ વખતે પણ થવા માંડે છે. આ વેદનામાં ફુલ પડે છે. આ ફુલ પડવામાં અનેક વિપદાઓનો ભય રહે છે. ફુલ પડયા પછી જરાયૂમાં કાંઇ મળ રહ્યો હોય તે નીકળી જવા દેવા માટે જરાયૂ વખતો વખત સંકુચિત થાય છે, આથી પણ વેદના થાય છે. પ્રસૂતિ ગૃહમાંથી સઘળાં મેલાં વસ્ત્રો, ચાદર આદિ જલદીથી દુર કરવા જોઇએ. અને ઓરડાને સ્વચ્છ અને સુગંધિત બનાવવો. નહી તો દુર્ગંધથી પ્રસુતિ અને બાલક બન્નેનું અનિષ્ટ થાય છે. પ્રસવ અને ફૂલ પડયા પછી પ્રસૂતિને ઉન્હા પાણીથી ન્હવરાવી સારા કોમલ, બીછાના ઉપર સુવાડવી. આ બિછાના ઉપર ઓઇલ કલોથ-વોટરપ્રુફ ચાદર પાથરવી ને તે વખતો વખત બદલતા રહેવું. પ્રસૂતિ આ વખતે કેવલ લોથ થઇ ગઇ હોય છે, માટે તેને જરા પણ હાલવા ચાલવા ન દેતા સુદ્ધિમાં આવતા સુધી સ્વસ્થ પડયા રહેવા દેવી. વળી હાલવા ચાલવાથી અનેક અનિષ્ટ થવાનો ભય રહે છે. માટે ચતુર દાઇએ આ વખતે પ્રસૂતિની શાંતતામાં જરા પણ ભંગ ન થવા દેવો એ ઘણું હીતાવહછે.

—:o:—

પ્રકરણ ૮ મું.

પ્રસૂતિ પરિચર્યા.

પ્રસવ પછી ચિત વા પડખે સયનાવસ્થામાં જ પ્રસૂતિને મળમૂત્ર વિસર્જન કરાવવો. બેસાડીને કરાવવાથી અનિષ્ટ થવા પામે છે.

પ્રસવકાળ પછી દીર્ઘ વા લઘુશંકા કરતી વખતે કષ્ટ થાય છે. માટે પેઢા ઉપર ઉન્હા પાણીનેા શેક કરવાથી ફાયદો થતેા જાય છે. આમ કરવા છતાં પણ પેશાબ ન થાય તેા ચિકિત્સકની સલાહ લેવી. લજ્જાના ભયથી આમાં સંકેાચ કરવાથી અત્યંત વિપદા ભેાગવવી પડે છે.

પ્રસવ પછી પહેલા ૪ દિવસમાં રક્તવર્ણ અને પાણી જેવેા ચીકણેા પ્રદર પ્રવાહી પદાર્થ નીકળે છે. ને પછી તે હીરવટ રંગનેા અને છેવટે મેલા પાણી જેવેા હેાય છે. શ્રાવ વ્યક્તિની પ્રકૃત્તિ પ્રમાણે એાછું વત્તું થાય છે. ગર્ભસ્થાનમાં રહી ગયેલ મળ નિદાન ત્રણ અઠવાડીઆમાં નીકળી જાય છે. આ બંધ થાય એટલે સાવધાની રાખવી જોઇએ. ટાઢા પાણીથી પ્રસવદ્વાર સાફ કરવું, નહીં તેા શ્રાવ બંધ થઈ પીડા થવા પામે છે. માટે પ્રસવ પછી ૧૦–૧૨ દિવસ સુધી સાધારણ ઉન્હા પાણીમાં થેાડું દૂધ વા બ્રાન્ડી મેળવી દરરેાજ ૩–૪ વાર કાચની પીચકારી (ફીમેલગ્લાસ સીરીંઝ) વતી પ્રસવદ્વાર ધેાવાથી આ શ્રવમાં દુર્ગંધી ન થવા પામતાં પ્રસૂતિને સુખ થાય છે. ૭–૮ દિવસમાં શ્રાવનેા ઘટાડેા થાય એટલે દિવસમાં ૨–૩ વાર તે પ્રમાણે ધેાયા કરવું. કેામળ-સ્વચ્છ રૂ, લૂગડાં વા સ્પંજવતી ધેાવાય તેાપણ કાંઈ હરકત નથી. વધારે શ્રાવ થાય તેા પ્રસૂતિને દુર્બલ બનાવે છે. તેવે પ્રસંગે અનુભવી વૈદ્ય વા ડૅાકટરની સલાહ લઈ તે પ્રમાણે વર્ત્તવું ઉચિત્ત છે. અતિ ગરમ ખેારાક ખાવાથી વા વધારે અગ્નિ સળગાવી સૂતિકાગૃહને તપાવ્યું હેાય, ઘણી ઉઠબેસ વા પરિશ્રમ કર્યો હેાય તેા શ્રાવ વધારે થાય છે. માટે આ વખતે સાવધાની રાખવાથી ઘણી વિપદા ટળે છે. સૂવાવડમાં શરીર અને પહેરવા એાઢવાનાં

વસ્ત્ર, પથારી તેમ ઓરડાને અત્યંત સ્વચ્છ રાખવાની પરમ આવશ્યકતા છે. જેથી પ્રસૂતિ અને શિશુના શરીરને શરદી વા ગરમી લાગવા ન પામે. વગર જરૂરની ગરમી-તાપ અને બંધ વાયુ વા ધૂમાડાવાળો વાયુ ન લાગે તેની સાવચેતી રાખવી. જે બારી-બારણાં ઉઘાડવાથી પ્રસૂતિ વા બાળકના શરીરને ઉન્હા વા ટાઢા વાનો સપાટો લાગે તેમ હોય તે બંધ રાખવા; અને બીજી તરફની સામસામી બારી-બારણાં ઉઘાડાં રાખવાં જેથી ઘરમાં વાયુ આવે અને ઘરનો દૂષિત વાયુ બહાર નીકળી જવા પામે. જો ઘરમાં ભિનાશ-શરદી-ભેજ હોય તો શેક કરવો. અને ભેજ દૂર કરવા અગ્નિની જરૂર પડે તો કોયલાનો તાપ કરવો. તે શિવાયના તાપથી ધૂમાડો થવાથી વાયુને દૂષિત કરે છે અને વળી પ્રસૂતિને તેમ બાળકને માંદાં કરે છે. પ્રસૂતિનાં ઓઢવાનાં તેમ પહેરવાનાં વસ્ત્ર વિગેરે વખતો વખત બદલતા રહેવું. શિયાળામાં એકવાર અને ઉન્હાળામાં બે વાર સાધારણ ઉન્હાપાણીથી શરીર સ્વચ્છ કરવું. કોલસા વા ગુલરના નાના નાના લાકડાં અથવા રૂનાં કાલાં સળગાવી દિવસમાં ૨-૩ વાર પ્રસૂતિની કેડ, અને પેઢું થોડો વખત એટલે દર વખતે અર્ધો, એક, વા બે કલાક સુધી શેકવું. આથી તે તે સ્થાનની વેદનાનું નિવારણ થાય છે. પ્રસવગૃહમાં અગ્નિકુંડ કરી ભારે તાપ કરવો અને શરીર આખાને મસ્તક સુધી શેકવાથી અનેક તરેહનું અનિષ્ટ થાય છે. ટાઢા પાણીથી પ્રસૂતિને ન્હવરાવવું એ પણ અનેક ઉપદ્રવનું કારણ છે. શીત અને વર્ષા ઋતુમાં અગ્નિ રાખવો પણ તે પ્રસૂતિની શય્યાથી છેટે રાખી ઘરના વાયુ-હવા ઉન્હી થાય તેમ કરવું. ઉન્હાળામાં વા શ્રાવ ઘણો થતો હોય તે વખતે તાપની જરૂર નથી; કારણ કે આથી

પ્રસૂતિ દુર્બળ થાય છે અને શ્રાવ વધારે થાય છે. પ્રસૂતિને જો પોતાની મેળે કોઠો સાફ ન થાય તો ચતુર વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે રેચ વિગેરેની વ્યવસ્થા કરવી. પ્રસવ પછી નિર્દોષ, હલકો-સાદો, સાત્વિક-પોષ્ટિક ખોરાક આપવો. ઓછામાં ઓછા ૧૦ દિવસ સુધી વાવડીંગ નાંખેલું ઉન્હુ પાણી ટાઢું કરીને પીવું. ગરમ ખોરાક ખાધાથી શ્રાવ વધારે થાય છે, તેમજ પેટમાં પીડા, અગ્નિમાંદ્ય અજીર્ણ વિગેરે થાય છે. કેટલાક સુધરેલા સમાજમાં પ્રસવ પછી બ્રાન્ડી વા પોર્ટવાઇન (એક જાતનો અંગ્રેજી દારૂ) આપવાનો રિવાજ હાલમાં આપણા દેશમાં વધતો જતો જણાય છે. પણ આ મદ્યપાનથી ઘણાં નુકસાન થાય છે. ચતુર વૈદક શાસ્ત્રીની સલાહ મળ્યા શિવાય પ્રસૂતિને કદીપણ કોઈ પણ જાતના માદક દ્રવ્ય વા ઔષધ ન આપવું. સૂવાવડના તાવ ઉધરસ વિગેરે વિકાર માટે દેવદારાદિ ક્વાથ સ્ત્રીને જરૂર આપવો. સૂવાવડના સર્વ વિ-કારો માટે આ ક્વાથ ખરેખર ચમત્કારી ગુણ આપે છે. તેમજ ગયેલી શક્તિ પાછી લાવવા કાટલા બત્રીસા આદિનું શેવન પણ હિતાવહ છે. પ્રકૃતિમાન પ્રમાણે જરૂર તેનો ઉપયોગ કરવો.

પ્રસૂતિનું ગર્ભસ્થાન પ્રસવ દિવસથી લગભગ ૧ મહિનામાં સંકોચ પામે છે. છતાં યૂવાવસ્થામાં પ્રસવ પૂર્વે જેટલું મજબૂત અને સંકુચિત હોય છે તેટલું પછી ઉત્તરોત્તર પ્રસવ પછી થતું નથી. પ્રસવ પછી ગર્ભસ્થાન વજનમાં દોઢ રતલ અને લંબાઈમાં ૭ા ઇંચ હોય છે. પંદર દિવસમાં તે ઘટીને પોણો રતલ અને લંબાઇમાં પાંચ ઇંચ અને એક માસ પછી વજનમાં તેમ લંબા-ઈમાં પ્રથમના જેટલું થઈ જાય છે.

પ્રકરણ ૯ મું.

સંતાન પરિચર્યા.

બાળક ભૂમિ ઉપર પડયા પછી અર્ધા કલાકની અંદર ફૂલ પડે છે. ઉત્પન્ન થયેલ બાળકની નાભિમાંથી એક નાડી તે ફૂલ સાથે જોડાએલી હોય છે. ફૂલ પડવા પછી આ નાડી કાપી નાખવામાં આવે છે. કેટલીક અનાડી દાયણના હાથથી આ નાડી છેદના વખતે બાળકને અનેક અનિષ્ટ કરે તેવા પ્રકાર બને છે; માટે તે કાપવામાં પૂર્ણ સાવધાની રાખવી જોઇએ.

નાડીને નાભિથી આઠ આંગળ છેટે સૂતરનો દોરો બાંધવો અને આ બંધથી એથી ત્રણ આંગળને છેટે બીજો તેવો બંધ બાંધવો અને તે બધાના મધ્યમાં સોના ચાંદી વા લોઢાની સાધારણ ધારવાળી છરી વા કાતરથી કાપી નાખી, બાકીની નાડીમાં એક દોરો તે બાળકના ગળામાં પહેરાવી રાખવો. અને તલનું તેલ નાભિની આસપાસ ચોપડતાં રહેવું, આથી એક બે દિવસમાં નાળ આપોઆપ ખરી પડશે. નાડી નિયમ પ્રમાણે નથી છેદાતી તો અનેક પ્રકારના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. માટે તે ઉપર વિશેષ ધ્યાન આપવું. નાળ ખર્યા પછી ડુંટીમાંથી રક્ત આવવા લાગે તો રૂ બાળી તેની રાખ તે ઉપર દાબવી.

સ્વાભાવિક નિયમ પ્રમાણે બાળક ભૂમિ ઉપર પડતાની સાથે રડવું જોઇએ; જો સ્વાભાવિક રીતે ન રડે તો તેના કુલા થાબડવા, વા કાન પાસે બે નાના પથરા વગાડવા વા થાળી વગાડવી. આ વગેરે બીજા યોગ્ય ઉપાયો વડે સચેત કરવો એટલે તુરત

રડશેઃ જો આ ઉપાયોથી પણ ન રડે તો તુરત ડૉકટર-વા વૈ-ધને બોલાવવા ચૂકવું નહી.

ગર્ભાવસ્થામાં શિશુના ગાત્ર ઉપર એક પ્રકારનો ચીકણો પદાર્થ બાઝેલો હોય છે. બાળક ભૂમિ ઉપર પડે એટલે સાવધાનીથી તે કાઢી નાખવો જોઇએ. જો આ પટ વખતસર સાફ કરવામાં નથી આવતો તો ચામડી ફાટી જાય, અને તેથી બાળકને ભારે ક્લેશ ભોગવવું પડે છે. આથી વખતે બાળકનું મૃત્યુ પણ થાયછે. આ કલેદ ઘણે ભાગે ચામડીથી ચોંટેલ હોય છે, ને જો ઝાઝો વખત રહે તો રૂધિર દુષિત થઈ શિશુને કઠણ રોગ ઉત્પન્ન થવા પામે છે. સ્નેહ દ્રવ્ય વડે આ પટ સહેજ રીતે ધોવાઈ શકાય છે. માખણ, ઘી વા ટોપરાનું તેલ થોડા પ્રમાણમાં પહેલાં શરીરે ઘસી સહેજ ઉન્હા પાણીથી, સારૂં રૂ, ફલાનલ વા સ્પંજ (વાદળી) વડે સાવધાનીથી ગાત્ર સાફ કરવાથી આ મળ દૂર થાય છે. જો કોઈ ભાગમાં સહેજસાજ મળ સહેલાઇથી ન જાય તો જોર ન કરવું. બે ત્રણ દિવસમાં તે સૂકાઈ પોતાની મેળેજ ઉખડી જશે. માથાના વાળ-માંથી પણ આ રીતે મળ સાફ કરવો. મળ સૂકાઈ જાય તે પહેલાં જ જરા ફૂરતી રાખી શરીર સાફ કરવું. આ પછી એક કોમળ સુંવાળા લૂગડાવતી ગાત્ર ઘસી શરીર કોરૂં કરવું. આમ કરતી વખતે બાળકનું શરીર મર્દન ન કરવું. ધીરે ધીરે હળવે હાથે શરીરના સઘળા ભાગ પૂરેપૂરી રીતે સાફ અને સૂકા કરવા. નાક અને કાનમાંથી પણ મેલ કાઢવો; નહી તો નાક કાનની અનેક પીડા જન્મ પામી ભારે પીડા થાય છે. આથી બાળક બહેરૂં પણ થાય તેમાં નવાઈ નથી. પછી માતા વા દાઇએ પોતાના કોમળ હાથ શિશુના શરીર ઉપર ફેરવવા, આમ થોડીવાર

કરવાથી બાળકનું શરીર ઉંન્હું થશે, અને બાળકનો જન્મ વખતનો કષ્ટ દૂર થાય છે, ને પ્રાણ પ્રફુલ્લિત બને છે. બાળક ચૈતન્ય થતાં સુધિ ધીરે ધીરે વા નાખવો. તેના તાળવું, હોઠ, કંઠ અને જીભનું માર્જન કરવું. આ પછી નખ કાપી નાંખેલી સાફ આંગળી ઉપર ધોયેલું રૂનું પુમડું વિંટી તાળવા, વિગેરે સ્થાનોને ધોવા અને સ્નેહ ગર્ભિત (ચીકણું) રૂનું પુમડું બાળકના તાળવામાં મૂકવું. નાકના બન્ને પાસાને બરોબર કરવા જોઇએ કારણ કે જન્મ વખતે દબાણ થવાથી ચપટું થઈ જાય છે. વળી નસ્કોરાં સાફ કરવાં જેથી શ્વાસોશ્વાસ બરોબર લઈ શકાય. પછી ઉપસ્થઇંદ્રિની ત્વચા (ફૂલની ચામડી) ઉઘાડી ઉપર ચઢાવી તેલ ચોપડી નીચે ઉતારવી. અને જો મેલ હોય તો તેને ધોઈ સ્વચ્છ કરવું. અને પેડૂનો ભાગ દબાવી પેશાબનું ટીપું કાઢી નાખવું. મળત્યાગના છિદ્રને પણ ઠીક કરવું. પછી બાળકને કોમળ લુગડા વા ઘણા રૂ ઉપર સૂવાડવું અને રૂંધાય નહી તેવી રીતે ઓઢાડવું. પછી ગાયના શુદ્ધ ઘીમાં મધ મેળવી, આંગળી ભરી બાળકની જીભ ઉપર ચટાડવું અને સોનાની શળીવતી જીભ ઉપર **ओ३म्** બાળકનું એવા મકાનમાં પાલન થવું જોઇએ કે જ્યાં પ્રકાશ અને વાયુનો વેગ ન હોય. બાળકને કદી કદી ધીરે ધીરે હલાવવું, અને ક્રમે ક્રમે બ્હારની હવા અને પ્રકાશમાં લાવતા રહેવું. કેટલેક સ્થળે લોકાચાલ પ્રમાણે નાભિ નાડી ખરી પડતા સુધી બાળકના શરીરને પાણી અડકાડવું અનુચિત સમજે છે. પણ તે ઘણો કુસંસ્કાર છે. સુવિજ્ઞ ચિકિત્સકોનો મત છે કે સંતાન ભૂમિ ઉપર પડે કે તુરત તેને ધોઈ-સ્વચ્છ કરવાથી બાળકને સુખ અને સ્વસ્થતા મળે છે. આથી રોગનો ભય ઓછો રહે

છે. શરીરના સમસ્ત કાર્ય સતેજ થવા પામે છે, બાળકને સ્ફૂર્તિ આવે છે, અને શરીરની દ્રઢતા બંધાય છે. શિશુ જન્મતી વખતે મૃતવત્ હોય છે, ને સઘળા દુઃખોને લીધે રડે છે. આ અવસરે શિશુના શરીર ઉપર ઋતુ-હવા-માન પ્રમાણે શિતળ પાણીના સિંચનથી તત્ક્ષણ સજીવ થાય છે. ગ્લીસરાઇન વિગેરે સાબુથી બાળકને ન્હવરાવવું નુકશાન કર્તા છે. આથી ત્વચા ફાટવાનો સંભવ રહે છે; ને વળી જો સાબુ આંખમાં જાય તો આંખોને નુકશાન કર્તા છે. માટે સર્વથી સલામતી ભરેલી સહેજ વિધિ બાળકને સ્નાન કરાવવાની એ છે કે, સરસવ, તલ વા કોપરેલ તેલ અને થોડો ચણાનો લોટ પ્રથમ શરીરે કોમળ હસ્તે સારી પેઠે મર્દન કરી સ્નાન કરાવવું. તેલથી ત્વચા કોમળ-સુંવાળી બને છે અને કોઈ પણ ત્વચારોગ થવા પામતા નથી. નાભિ નાડી છેદન પછી જ્યાં સુધી તે બાળકના શરીર સાથે જોડાયલી હોય ત્યાં સુધી તેનું ઘણી કાળજી પૂર્વક રક્ષણ કરવું. તેનાં બંધન ખશી જવાથી રક્તપાત થઈ બાળકનો પ્રાણ સુદ્ધાં જાય છે. માટે બે બંધન રાખવાં. કારણ કદાચ એક બંધન ખશી જાય તો બીજું કાયમ રહેલું હોય. વખતે બન્ને બંધનો ખશી ગએલાં જણાય તો તે સત્વર મજબૂત કરવાં. એવા ઘણા પ્રકાર બન્યા છે કે, અસાવધાનતા કે અજાણતાથી આ બંધન છુટી જવાથી બાળકનું મોત પણ નીપજે છે. આ નાભિ નાડી સચરાચર એક અઠવાડીઆમાં ખરી પડે છે; વખતે ૧૫-૨૦ દિવસ પણ લાગે છે તેને પોતેજ ખરવા દેવી. તેને જૂદી પાડવા કાંઈ પ્રયત્ન ન કરવો. બહુ તો બે અઠવાડીઆમાં નાભિ સુકાઈ જાય છે. વખને નાભિ નાડી ખરી પડે એટલે નાભિમાં ક્ષત પડે છે

આથી વખતે બાળકને ભારે કષ્ટ થાય છે. માટે ચતુર વૈદ્યની સલાહ પ્રમાણે ઉપચાર કરવા.

સ્તનપાન—પ્રસવ પછી સચરાચર ચાર કલાકમાં જનેતાના સ્તનમાં દુધની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ વખતે પ્રસુતિને તાવ આવે છે. પણ તે તાવથી કાંઈ ગભરાવવા જેવું હોતું નથી જરૂર જણાયતો વૈદ્ય-ડોકટરની સલાહ લેવી. કુદરતની બલહારીજ છે કે માતાના સ્તનમાં પ્રથમવાર ઉત્પન્ન થયેલ દૂધમાં એક પ્રકારનો રેચક ગુણ રહેલો હોય છે, આ બાળકના ધાવવામાં આવ્યાંથી બાળકનો કોઠો સાફ થાય છે, તેમ માતાના સ્તનની પીડા પણ દૂર થાય છે, ને તેથી માતાને ઘણું સુખ થાય છે.

માતાના સ્તનમાં દૂધ ઉત્પન્ન થાય કે તુરત સ્તનપાન કરાવવું. કેટલાક બાળક તુરત ધાવવા માંડે છે, પણ વખતે કેટલાક બાળકને ધાવવા સારૂ ધીરજથી લલચાવવાં પડે છે. બાળકના પોષણ માટે માતાનું દૂધ એજ અમૃત છે, ને અન્ય ખોરાક—દૂધ—રાબ, આદિ ઘાતક છે, માટે નિરાશ ન થતાં બાળક ધાવવા માંડે ત્યાં સુધી તેને ફરી ફરી વળગાડયા કરવું. માને ધાવણ થોડું આવતું હોય તો પણ એક બે કલાકને આંતરે ફરી ફરીને વળગાડયા કરવું, કારણ કે બચ્ચાંના ધાવવાથી દૂધ આવવા માંડે છે. દૂધ તુરત આવે નહિ અથવા બચ્ચું તુરત ધાવે નહિં તો તેથી ગભરાવું નહિ. તંદુરસ્ત બાળક બરોબર પોષણ થયેલું જન્મે છે, અને જન્મ્યા પછી ઘણો વખત ઉંઘ્યા કરે છે, તેથી તેને બાર અથવા ચોવીશ કલાક સુધી ખોરાક નહિ મળવાથી નુકશાન થશે નહિ.

બાળકને સારામાં સારો ખોરાક તેની માનું દૂધ છે. સારા ભાગ્યે આપણા દેશમાં બચ્ચાંને લગભગ માના ધાવણથી ઉછેરવામાં આવે છે. પણ કમભાગ્યે કોઈ વખતે એમ બને છે કે, બચ્ચાંને તેની માનું દૂધ મળતું નથી અને ધાવ રાખવાની જરૂર પડે છે. ધાવ રાખવી તે નિરોગી, સારા સ્વભાવની, ને સમજુ રાખવી. તેને કોઈ જાતનો વારસામાં ઉતરેલો અથવા બીજો રોગ હોવો ન જોઇએ. બની શકે તો તેની વૈદ્યક તપાસ કરાવીને રાખવી. તેને લગભગ તેટલીજ ઉમરનું બચ્ચું હોવું જોઇએ. ધાવતું બાળક મરી ગયું હોય તો તેને રાખવાને કંઈ અડચણ નથી. ઘણી ધાવનાં બચ્ચાં મરી ગયેલાં હોય છે અને તેઓ પૈસા લઈ બચ્ચાંને ધવડાવવાનું કામ કરે છે. ધાવ જમવા સાથે રાખી હોય તો તેને જેવો ખોરાક ખાવાની ટેવ પડી હોય તેવોજ ખોરાક આપવો. ઉમદા ખોરાક આપવો નહિ. તેમ કરવાથી તેની પ્રકૃતિ બગડે છે, અને બચ્ચાંને નુકશાન થાય છે. થાનનું દૂધ ન મળી શકે તો બે ચમચા સારૂં ગાયનું દૂધ લઈ તેમાં એક ચમચો ગરમ પાણી તથા થોડી સાકર નાંખવી એટલે માના દૂધ જેવું ગળ્યું થશે. ગાયનું દૂધ સ્વચ્છ અને ગુણકારી મળી શકે તો ઉકાળ્યા વગર આપવામાં અડચણ નથી. પણ કોલેરા અથવા બીજો રોગ ચાલતો હોય, અથવા દૂધની સ્વચ્છતા વિષે જરા પણ શક હોય તો તેને ઉકાળીને આપવું, કે તેમાં જંતુ હોય તે મરી જાય.

બચ્ચાંને દૂધ શિવાય બીજો કંઈ ખોરાક આપવો નહિ કારણ તેની હોજરી ભારે પદાર્થ પાચન કરી શકતી નથી. અને પ્ર-

વાળી ખોરાકમાં દૂધ એજ ઉત્તમ ખોરાક છે. તેમાં આરોગ્યતાને જરૂરના તમામ પદાર્થો આવેલા છે. એટલે તેમાં માંસ બનાવનાર, શરીરને ગરમ રાખનાર, લોહી શુદ્ધ કરનાર આદિ અગત્યના સર્વ તત્વો સમાયેલા હોય છે.

બાળક જન્મે છે ત્યારથી બે ત્રણ દિવસ સુધીની મુદત સુધીમાં ગોળ, ઘી, વીગેરે વસ્તુઓ ભેગી કરી પાવાનો રિવાજ છે. પણ ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે માતાના દુધની ગેરહાજરીમાં તેમજ દુધ પીયે તોપણ બાળકની શારીરિક અને માનસિક શક્તિ તથા બુદ્ધિની વૃદ્ધિ માટે વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં ગળથુથીનું જે વિધાન કર્યું છે તે પ્રમાણે ગળથુથી પાવી. બાળકને મળશુદ્ધિ બરોબર થતી ન જણાય તો થોડું એરંડેલ તેલ મધમાં મેળવી ચટાડવું આથી બાળકનો કોઠો સાફ થશે

જનેતાની સાથે બાળકનો ગાઢો સંબંધ છે, તેના રોગી નિરોગીપણા ઉપર બાળકના સર્વ દુઃખ સુખ તો—મરવા જીવવાનો આધાર છે. આ સઘળા લાભ હાનીના વિષયોમાં સ્ત્રીઓની અજ્ઞાનતા—મૂર્ખતા હોવાથી લક્ષાવધી બાળહત્યાઓ થાય છે. માટે જનેતાએ આ સંબંધમાં પુરતું જ્ઞાન મેળવી પોતે કયો ખોરાક ખાવો કે જેથી શુદ્ધ દૂધ જોઇતા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થઈ શકે. અને જે ખોરાકથી દૂધ વિકારી—રોગી ન બને અને જોઇએ તેવું જોઇતા પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થાય તેવા ખોરાક ખાવા પૂરતી સંભાળ રાખવી; આમાં બેદરકારી રાખવાથી બાળક રોગી બને છે અને મહા દુઃખ પામી મરણ પામે છે. માતાએ પોતાને કંઈ રોગ વિશેષના કારણ શિવાય સંતાનને પોતે જ ધવરાવવું. જે માતા બાળકને પોતે ન ધવરાવતાં દાઈ રાખે છે, વા અન્યના દૂધથી વા

અન્ય ખોરાકથી પોષે છે, તે માતા બાળકનો પ્રેમ પોતા તરફ ખેંચી શક્તિ નથી, અને માતૃસ્નેહસુન્ય સંતાન ઉત્પન્ન થાય છે; તેમ જ બાળકમાં જોઇએ તેવા ઊંચા ગુણો પ્રકટી નીકળતા નથી. વળી બીજી સ્ત્રીઓ પાસે ધવરાવવાથી તે સ્ત્રીનું દૂધ રોગીષ્ટ—વિકારી હોય તો તેવા દૂધપાનથી બાળકના શરીરમાં રોગ ઉત્પન્ન થાયે છે.

બાળકને એકવાર કાંઇ રોગ થયો કે તે સમજવામાં ના આવી શકવાને લીધે તે રોગ ધીરે ધીરે ગંભિર રૂપ પકડે છે. અને સારા સારા વૈદ્ય ડાક્ટરોનાં ઔષધોપચાર પણ નિષ્ફળ નિવડે છે. માટે માતાએ પ્રથમ પોતે જ શુદ્ધ-નિરોગી દૂધ ઉત્પન્ન થાય તેવો ખોરાક ખાઇ નિયમસર બાળકને પોતે જ ધવરાવવું. એવો પ્રસંગ પોતે ન આવવા દેવો કે, બાળકને અન્ય સ્ત્રી પાસે ધવરાવવાનો પ્રસંગ આવે. સ્તનપાન વખતે માતાએ પ્રસન્ન ચિત્ત, વદન રાખી પુર્ણ વાત્સલ્ય પ્રેમભાવ ધારણ કરવો. શોક, ઉદ્વેગ, ક્રોધ, દુષ્ટ મનોવિકાર દૂધને વિકારી કરે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓ બાળક જરા રડે કે તુરત તેને શાંત કરવા સ્તનપાન કરાવે છે અથવા કાંઈ કામમાં રોકાવાનું હોય તો સામટું એકી વખતે સ્તનપાન કરાવી તેને તૃપ્ત કરવાના મૂર્ખાઇભરેલા વિચારથી વા રાત્રીએ બાળકના મ્હોંમાં સ્તન આપી પોતે નિરાંતે ઘોરે છે. આથી બાળક પોતાની નાની સરખી હોજરીમાં હદ્દ ઉપરાંત અતિ ઘણું દૂધ ભરે છે, આથી બાળકને અજીર્ણ આદિ અનેક કઠણ રોગ ઉત્પન્ન થવાથી બેચેનીથી વખતો વખત રોયા કરે છે. આ રડવાનું મૂળ કારણ જાણવાની દરકાર ન કરતાં તેમાં ઉમેરો કરવા ફરી ફરીને ઠાંસી ઠાંસીને ધવરાવવા, પોતાને ન ધાવે તો અન્ય સ્ત્રી પાસે

ધવરાવવા, અને તેને પણ ન ધાવે તો આ અજીર્ણ રોગનો ખરો ઉપાય ન કરતાં ગાય, બકરી વિગેરેનું દૂધ બાળકના ઉભે ગળે રેડે છે. આથી બાળકની ગંભિર હાલત થઇ પડે છે.

પ્રથમ માસમાં બાળકને દર દોઢ કલાકે, બીજા મહિનામાં બે કલાકે, ત્રીજા મહિનામાં ત્રણ કલાકે, અને છેવટે દર ચાર કલાકે નિયમ પ્રમાણે ધવરાવવું. આથી બાળકને પોતાના નિયમીત વખતે ખરી ભૂખ લાગવાથી ઘણા ઉલ્લાસથી પેટ પુરતું ધાવશે. આ પ્રમાણે ધાવણ પાચન થવાથી કાંઇ વ્યાધિ ન થવાથી સુખાકારી સારી રહેશે, અને નિયમીત થવાની ટેવ પણ પડશે. બાળક સાત આઠ માસનું થાય એટલે રાત્રીએ દસ વાગે સ્તનપાન કરાવી સુવાડવું તે પાછાં સવારે ચાર વાગે. આવી રીતે કેટલાક દિવસ પછી બાળક આ પ્રમાણે પૂર્ણ રીતે ટેવાઇ જશે, અને રાત્રીએ સુખરૂપ નિંદ્રા લેશે. બાળક નવ મહિનાનું થાય એટલે ધાવણના પોષણને બદલે બીજા ખોરાક ઉપર પોષણ કરવાની તજવીજ કરવી. નવ મહિના ઉપરાંત સ્તનપાન કરાવવું ચાલુ રાખવાથી બાળક દૂર્બળ અને નાજુક બને છે. વૈદકશાસ્ત્રીઓ લાંબા અનુભવ ઉપરથી એ અનુમાન ઉપર આવ્યા છે કે; પુરા નવ મહિને જ સ્તનપાન બંધ કરવામાં આવેલા બાળકો જ સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત નીવડયા છે; માટે આ વખતે સ્તનપાન બંધ ન કરવાથી માતાને તેમ બાળકને બંન્નેને શારીરિક પ્રકૃતિ દૂર્બળ બને છે. વળી પ્રસવ પછી નવ માસે સ્ત્રીને ઋતુપ્રાપ્તિ શરૂ થાય છે. ઋતુ પ્રાપ્તિ થઇ એટલે ગર્ભ ધારણ થવાનો. તો આવા સંજોગોમાં અર્થાત ગર્ભાવસ્થામાં સ્તનપાન કરાવવાથી બાળકનું પોષણ થઇ શકતું નથી તેથી માતા બાળક અને ગર્ભને જોઇતું પોષણ ન મળવાથી ત્રણેનું

અનિષ્ટ થાય છે. માટે નવમે માસે બાળકને બીજા ખોરાક ઉપર ચઢાવવું.

બાળક પાંચ છ મહિનાનું થાય છે એટલે તેના મ્હોંમાંથી લાળ પડે છે. લાળ મ્હોંમાં ઉત્પન્ન થાય છે તે પાચક પ્રવાહિ હોઈ સ્ટાર્ચવાળા પદાર્થને પચાવવામાં મદદ કરે છે.

માટે બચ્ચાંને લાળ પડવા માંડે એટલે દૂધ સાથે બીજો સ્ટાર્ચ વાળો પદાર્થ આપવો એટલે ઘઉંના લોટની અથવા ચોખાની થોડી કાંજી આપવી. આ ફેર કરવો તે ધીમે ધીમે કરવો. પહેલા એક અઠવાડીઆ સુધી દરરોજ એક વખત કાંજી આપવી, પછી એક અઠવાડીઆ સુધી બે વખત આપવી. આ પ્રમાણે કરવું તેની સાથે તેને જે દૂધ મળતું હોય તે ધીમે ધીમે ઓછું કરતા જવું. અને સાથે કઠણ ખોરાક પણ આપવો.

બાલકની સંભાળ—તાજી હવા અને સૂર્યનો પ્રકાશ મનુષ્ય, પ્રાણી તેમ વનસ્પતિને એક સરખાં ઉપયોગી છે. જ્યારે તે મોટા અને મજબૂત માણસને જરૂરના છે, તો નાના અને નાજુક ઉછરતા બાળકને ઘણાં જરૂરનાં હોય તેમાં શી નવાઈ! માટે જે ઓરડામાં સારી હવા અને અજવાળું આવતું હોય તેમાં તેને રાખવું; પણ તડકામાં અથવા પવનના ઝપાટામાં નાંખી મૂકવું નહિ. તડકાથી તેને લૂ આવે છે અને પવનથી શરદી થાય છે. બચ્ચાંને રાત્રે સ્વચ્છ હવા બરોબર આવે છે કે નહિ તેની કાળજી રાખવી. ઘણી વખતે એક નાના ઓરડામાં સુવાથી અને તેમાંની તથા માતા વા બીજા સાથે સુનારના શ્વાસથી થયેલી અસ્વચ્છ હવા વારે ઘડીએ બાલકના ઉપયોગમાં આવવાથી

બચ્ચું બીમાર થાય છે. તે ઉંઘણસી અને મૂર્ખ જેવું માલૂમ પડે છે. તેને ભૂખ લાગતી નથી અને ઘણી વખત આંકણી આવે છે. ચોમાસામાં ભેજવાળી જગ્યામાં પડી રહે નહિ તેની તજવીજ રાખવી. બચ્ચાંને ખાટલામાં કે પારણામાં વા ઘોડીયામાં સુવાડવું. હાથ પગ હલાવવા એજ જન્મેલાં બચ્ચાંની કુદરતી કસરત છે. આ કસરત ઘણી જરૂરની છે. અને બચ્ચું પોતાના હાથ પગ બરાબર હલાવી શકે તે સારૂ તેનાં કપડાં ઢીલાં રાખવાં. સ્નાયુ વપરાય નહિ તો બરાબર ખીલે નહિ, માટે તેને બરોબર હાથ પગ ન હલાવવા દઇએ તો સ્નાયુ નબળા રહે છે. શિયાળામાં તેમ ચોમાસામાં ઉનનાં મોજાં ઉપયોગી છે. વળી તેને પાંતળો ફ્લેનલનો ઝભો પહેરાવવો. પણ જે પોષાક પહેરાવવામાં આવે તે જેમ બને તેમ રમતો રાખવો. વરસાદ વરસતો ન હોય તો તેને દરરોજ ખુલી હવામાં ફેરવવું, પણ તડકો ન લાગે તેની તજવીજ રાખવી, અને આંખ ઉપર તેજ પડવા ન દેવું.

દાંત—બાલકને પ્રથમવારના એટલે દૂધીઆ દાંત નિકળવાની શરૂઆતનો વખત ચોકસ નથી. તથાપિ ઘણે ભાગે એ કહી શકાય છે કે, બાળકને લગભગ સાત મહિનાની ઉંમરે પ્રથમવાર દૂધીઆ દાંત ફુટવા માંડે છે. કેટલાક બાળકને ત્રીજે મહિને દાંત ફૂટે છે. અને વખતે એવું પણ બને છે કે કેટલાક બાળક દાંત સાથેજ અવતરે છે. પણ આ દાંત જલ્દીથી પડી જાય છે. કેટલાક બાળકને વર્ષ–વા બે વર્ષ સુધી પણ દાંત ફૂટતા નથી. તેમ કેટલાક દાખલા એવા પણ બન્યા છે કે, મોટી ઉમર સુધી વા આખી ઉમર સુધી પણ દાંત ફૂટતા નથી.

સાધારણ નિયમ પ્રમાણે દાંત સાત માસથી એક વર્ષની અંદર ફૂટે છે. દૂધીઆ દાંત ફૂટવાની વખતે બાળકને અનેક તરેહની પીડા ભોગવવી પડે છે. આમાં પુરતી સંભાળ ન રાખવાથી બાળકનું મૃત્યુ પણ થાય છે. માટે આ અવસરે માતપિતાએ ઘણી સાવધાનીથી બાળકનું રક્ષણ કરવું જોઇએ. અને દાંત ફૂટવાનાં ચિન્હ જણાય એટલે કુશળ વૈદ્ય વા ડૉકટરની મદદ લીધા વગર ન રહેવું.

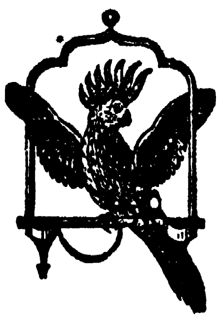
દાંત ફૂટવાની શરૂઆત થાય છે એટલે, બાળક આખો વખત અસ્થિર અને ચંચળ બને છે. પારા ઉપર ઉગ્ર ચળ આવતી હોવાને લીધે, આંગળી વા સ્તનની દીંટડી વા હરકોઈ કઠણ પદાર્થ જે હાથમાં આવે તે કરડી ખાવા ઇચ્છે છે. દાંત આવવાનીવખતે મ્હોંમાંથી લાળ વધુ પડે છે. તેથી છાતી–ગળાને શરદી ન લાગે માટે ગરમ પોલકું પહેરાવવું તેમ ગળામાં રૂમાલ એવી રીતે બાંધવો કે બધી લાળ તે ઉપર પડે, ને પલળે એટલે તુરત બદલી–પ્રથમ ધોઇને સૂકવી રાખેલ રૂમાલ બાંધવો. તે બાલક ઝંપીને ઉંઘતું નથી. ગંડસ્થ લાલચોળ થઈ જાય છે. આખો વખત રડ્યા કરે છે. ભૂખ તરસનો નાશ થાય છે. ઉલટી તેમ ઝાડો પણ થાય છે. પારા સહેજ કઠણ થાય છે. તે ઉપર મધ અને સૂરોખાર દિવસમાં ૨–૩ વાર આંગળીવતી લગાડતા રહેવું. સવાર સાંજ સાધારણ ઉન્હા પાણીથી સ્નાન કરાવવું. ખુલ્લી હવામાં ફેરવવું. આહાર માટે ઘણી કાળજી રાખવી કે અતિ ભોજનથી ઝાડો થવા ન પામે.

વખતે બાળકને દાંત ઘણા કષ્ટ સાથે ફૂટે છે. મ્હોં આગળ કાંઈ પણ વસ્તુ ધરવાની સાથે ચીસ પાડી ઉઠે છે. પારા

ગરમ, લાલચોળ અને કઠણ થાય છે. આંગળી લગાડવાથી પીડાને લીધે ચીસ પાડી ઉઠે છે. શરીર ઉન્હું અને શુષ્ક બને છે. ઉંઘમાં ચમકી ઉઠે છે. સ્તનપાન વા આહાર લેવું મૂકી દેછે. આવી હાલતમાં ચતુર વૈદ્ય ડાકટરની સલાહ પ્રમાણે પારાં જરૂર ચીરાવવા, જેથી બાળકને પીડા ઓછી થશે. ને દાંત જલદી ફૂટશે.

પ્રથમવારના દૂધીઆ દાંત બાલ્યાવસ્થામાં પડી જાય છે તે પાછા સાંત વર્ષની ઉમરે કાયમના દાંત આવે છે. આ વખતે કંઈ વેદના કે દુઃખાપતિ થતી નથી. પ્રથમ તે સંખ્યામાં ૨૦ હોય છે. અને દાઢો સુદ્ધાં (Wise Teeth) ૨૭ વર્ષની ઉમર સુધીમાં પરિપૂર્ણ ૩૨ ની સંખ્યામાં આવી જાય છે.

દાંત ફૂટવાની વખતે માતાપિતાએ ખાસ ધ્યાન આપવું જોઇએ કે જેથી દાંત હારબંધ, ખુબસુરત, મજબુત નીકળે, આમાં કાંઈ ફેરફાર જણાય તો દંતવૈદ્યની સલાહ લેવી.



પ્રકરણ ૧૦ મું.

શિશુ-પાલન.

"मातृमान् पितृमानाचार्यवान् पुरुषो वेद" ।
" प्रशस्ता धार्मिकी माता विद्यते यस्यसमातृमान्"

"વસ્તુતઃ ત્રણ ઉત્તમ શિક્ષક (માતા) (પિતા) (આચાર્ય) હોય ત્યારેજ મનુષ્ય જ્ઞાનવાન થાય છે." "ધન્ય છે તે માતા ને કે જે ગર્ભાધાનથી શરૂ કરી પૂરી વિદ્યા ન થાય ત્યાં સુધી સુશીલતાનો ઉપદેશ કરે."

વાચકો! આ પૂર્વે જે અર્થે યથાવિધિ વિવેચન કરી ગયા તેના ફળ રૂપ સંતાનના સંબંધી પણ થોડુંક વિવેચન કરવું અત્યંત આવશ્યક છે. જેના અભાવે સંતાન રૂપી ફળને મનભાવક બનાવવા અનેક તરેહના વિઘ્નો અને ક્લેશ વ્હોરી લેવાં પડે છે.

આ સંબંધ (શિશુપાલન) માં પણ આ દેશની સ્ત્રીઓની શોચનીય અવસ્થા છે; તેમના ઉપર હવે (પ્રસવ પછી) સંસાર કાર્યનો અને શિશુપાલનનો ભારે જવાબદારી ભરેલો સંપૂર્ણ ભાર અર્પણ થયેલ છે. કિન્તુ આ વિષયમાં જેટલું જ્ઞાન હોવું જરૂરનું છે તે નથી હોતું તેથી પરિણામમાં સંતાનને તેમ સમાજને વિશેષ ક્લેશ ભોગવવાં પડે છે.

શિશુ-પાલન અતિ ગુરૂતમ્ કાર્ય છે. શરીર શું છે? તેમાં કઈ કઈ વસ્તુ છે? તેની ક્યાં કયા પ્રકારે રક્ષા થઇ શકે? શરીર રક્ષા માટે સર્વદા શી શી વસ્તુની જરૂર છે! શારીરિક શક્તિ સકળ શી રીતે પ્રસ્તુત થઈ શકે? શાથી શરીર દુર્બળ, રોગી બની નાશ પામે છે? વિગેરે સઘળા વિષયોનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન સ્ત્રીઓને હોવું આવશ્યક છે. આ સકળ વિષયનો અભ્યાસ ન કર્યો હોય, અને અન્ય વિષયમાં ચ્હાય તેટલી ચતુરાઇ, ભણતર, ડહાપણ હોય પણ સંતાનના યથાવિધ લાલન પાલનનું પુરતું જ્ઞાન ન હોય તો સંતાનનો ઉત્કર્ષ સાધ્ય થઇ શકતો નથી. બાલ્યાવસ્થામાં બાળકને શિક્ષાદાન અને સુનિયમાનુસાર લાલન-પાલન કરવાથી બાળક અધિકાંશે દીર્ઘાયૂ અને શરીરે સવિશેષ કાર્યકુશળ થઇ શકે છે. આથીજ એક જાતિ પ્રભુ અને અન્ય જાતિ દાસ બને છે. આ સંસ્કારોના અભાવે પ્રજા અસહ્ય કષ્ટ ભોગવે છે. પેટ ભરવાને સુદ્ધાં અન્ન મેળવવા, સ્વતંત્ર સુખો ભોગવવા હતભાગ્ય નિવડે છે. દ્રષ્ટાંત પ્રત્યક્ષ છે. અન્ય સબળ જાતિ આવી હીન ભાગ્ય જાતિ પ્રત્યે છળ, બળજોરી, યૂક્તિ પ્રયુક્તિ, કાવાદાવા પ્રયોગ કરી આત્મ-સ્વાર્થ સાધન અને સુખ સ્વચ્છંદતા મેળવી શકે તેમાં દોષ કોનો? સૃષ્ટિનો નિયમજ છે કે, "નબળા સબળાને માટે છે." "શક્તિ એજ હક્ક છે." અર્થાત્ નબળી જાતિનું સંસારમાં આવવું સબળને માટેજ હોય છે. તેમનું જીવન માત્ર સંપૂર્ણ "ક્લેશ"થીજ ભરપૂર હોય છે. તાત્પર્ય કે, જન્મ ક્લેશમય, મર્ણ ક્લેશમય અને પારલોકીક સુખ પણ કરણી તેવી પાર ઉતરણીના ન્યાયે ક્લેશમયજ હોય એમાં શો સંદેહ!!

સંતાન કેવું પણ કેમ હોતું નથી પણ પિતા માતા કદી પણ

તેનું મૃત્યુ ઇચ્છશે નહીં; પોતાનાં સંતાન તંદુરસ્ત બલિષ્ટ, દીર્ઘજીવી, અને સુખી તેમજ કદી પણ કોઈ વાતે દુઃખી ન થાય એ મનુષ્ય માત્રની અંતઃકરણ પૂર્વકની એક માત્ર પ્રબલ મનોવાચ્છા હોય છે. આ ઇચ્છા શી રીતે સફળ થઈ શકે તેનો યથાર્થ બોધ પૂર્ણ રૂપે માતાના જાણવામાં—સમજવામાં ન હોવાથીજ કદી સ્વપ્ને પણ ન ઇચ્છેલ—કલ્પેલ અનેક દુઃખ ભોગવવા પડે છે. આ ટાળવા કોણ ઇચ્છાતુર નહી હોય. સૂધરેલ વર્ગ—જાતિ—દેશમાં જન્મતા બાળકો પૈકી કેટલા અકાળે મૃત્યુ પામે છે અને કેટલા બાળક જગત્માં અસાધારણ અક્ષય કીર્તિ રાખવા સમર્થ થાય છે તેનું ખરૂં કારણ શોધવાથી આ બાબતમાં સત્ય હકીકત સહેજ જણાઇ આવે છે. પરન્તુ દુઃખની વાત છે કે, ગુણ લેવાની પ્રવૃત્તિ કરતા આપણામાં દોષ ગ્રહણ કરવાની પ્રવૃત્તિ અધિકાંશે પ્રવર્તેલી છે. તે ફેરવાઇ ખરી હકીકત જાણી તે તરફ અર્થાત્ સૂધરેલ સમાજ—જાતિના ગુણ ગ્રહણ કરવાની ખાસ જરૂર છે. અસ્તુ.

આપણું શરીર અન્ય શરીરમાંથી ઉત્પન્ન થયું છે. આહારાદિદ્વારા જીવિત રહે છે; ક્રમે ક્રમે વૃદ્ધિને પામે છે, કેટલાક કાળ સુધી સમભાવે રહે છે, અને અંતે ક્રમશઃ હ્રાસ થતાં થતાં અતિ વૃદ્ધાવસ્થાએ પહોંચી એ ક્લેશે નાશ પામે છે. શરીરનો આ સ્વાભાવિક નિયમ છે. વગર કારણે આમાં કાંઈ પણ ફેરફાર થઇ શકતો નથી. સમજુ વ્યક્તિ માત્ર આ વાત બેધડક રીતે કબૂલ કરશે. તો ગર્ભાવસ્થામાંજ—ગર્ભપતન વા મરેલ ગર્ભ અવતરવા, વા સૂવાવડમાંજ વા નાની ઉમરમાંજ સંતાન મર્ણ પામે વા રોગગ્રસ્ત થઈ જીવન પર્યંત પીડાય તો આમ થવામાં

તેમાં કાંઇને કાંઈ કારણ તેમજ અનુસંધાન હોવુંજ જોઇએ. જેમ તેલ પણ છે અને દિવેટ પણ છે, છતાં દિપક મંદ સળગે વા હોલવાઈ જાય તેમાં તેલમાં વા દિવેટમાં. કાંઇ દોષ હોવો જોઇએ, જો આ બે સુદ્ધ હોય તો પણ તેની પવનથી રક્ષા થઇ શકે તેમ ન રાખવામાં આવ્યો. હોય તો હોલવાઇ જાય, તેમાં જેવી રીતે કાર્ય કારણનો સંબંધ છે તેવીજ રીતે શિશુ સર્વાંગે સુંદર, રૂષ્ટપુષ્ટ, બળબુદ્ધિ આદિ ગુણોથી વિભૂષિત, સર્વ આશાઓ આપનારં ન નિવડતા, રૈાગી જન્મે વા અકાળે મૃત્યુ પામે તેમાં દોષ માતાપિતાનો નહીં તો બીજા કોનો? પાયો પાકો ન કરતાં તેમજ ભીંત માટે યથાયોગ્ય સામગ્રી તેમ કુશળ કારીગર કામે ન લગાડવાથી ભીંત કમજોર રહે, વા અધવચ્ચેજ તુટી પડે તેમાં દોષ કોનો? માટેજ કહેવું પડે છે કે, સુજાત મનોવાંચ્છિત સંતાન ઉત્પન્ન કરવા માટે પ્રથમ આપણે આપણી પુત્રીઓને, બ્હેનોને, નમુના રૂપ પુત્રી ગૃહણી, માતા બનાવવા પ્રાચિન નિતી રીતિ મુજબ ઉપયોગી જ્ઞાન આપી તેમાં પારગંત કરવા યોગ્ય શાળાઓ-સાધનો પુરાં પાડવા જરૂર છે. અન્યથા ઇચ્છિત ફળ મળી શકવાની કલ્પના-યોજના લાભને બદલે હાનીકર્ત્તા થઇ પડે એમાં કાંઈ શક નથી.

સંતાન ભૂમિ ઉપર પડવાની સાથે અર્થાત્ શ્વાસપ્રશ્વાસ લેવા માંડે ત્યારથીજ તેના શિક્ષણનો આરંભ થાય છે; તેની આગળ, શિક્ષણ મેળવવાનો અપાર સાગર ખુલ્લો છે.-જે કાંઈ તેના જોવામાં વા સાંભળવામાં આવે છે તે સર્વ અનુકરણીય જાણી પોતાના હૃદય ક્ષેત્રમાં અંકિત કરે છે, અને તેને દઢી-ભૂત બનાવે છે. આ સંસ્કાર જન્મ મર્ણ સુધી “ટળે ન ટાળ્યા”

માફક સજ્જડ બંધાય છે. અર્થાત્ સંતાનના હૃદય ક્ષેત્રમાં બાલ્યાવસ્થામાં જેવા બી રોપાશે, વયોવૃદ્ધિ સાથે તેનાં મૂળ સજ્જડ બંધાઈ તેવા અંકુર, ફૂલ અને ફળ ઉત્પન્ન થવા પામશે. અર્થાત્ માતાના આદર્શનું સંતાન અનુકરણ કરવા પામે છે. અને વયોવૃદ્ધિની સાથે તે સકળ ભાવ સ્ફૂરીત અને વિસ્તૃત થઈ માતૃભાવની વિસ્તીર્ણ છાયા પ્રદર્શીત કરે છે.

બાલ્યાવસ્થામાં પ્રાણીમાત્રને અનુકરણની પ્રવૃત્તિ અતિ પ્રબળ હોય છે. તેમાં સારાસાર વિચારની શક્તિ ન હોઇ જે કાંઇ જોશે તેનું આબેહુબ અનુકરણ કરશે. સર્વ કરતા માતાનો સંતાન પ્રત્યે સ્નેહ વધારે હોય છે. સંતાન ઘણો ભાગ માતાની પાસેજ રહે છે. માતાના ભાવ (અહારથી ઉત્પન્ન થતા વિકાર-ભાવ) સંતાનને દૂધમાં મેળવી તેવા ભાવનું સંપોપણ કરે છે. અતએવ જેવા માતૃકાર્ય અને માતૃસ્વભાવ સર્વદા બાલકના જોવામાં આવે છે, તેનું અનુકરણ તે કરે છે. માતા પોતાના દૂધ વડે તેને પુષ્ટિ આપે છે. આનો પ્રભાવ એટલો તો જબરો હોય છે કે, જેમ સંસારમાં બીજાં અનેક-હજારો ઉંચા ધંધા હોવા છતાં મ્હેતરનું બાળક પરમ સંતોષ તેમ આનંદની સાથે નરકના ટોપલા માથે ઉપાડે છે.

જેમ પડછાયો પરિણામમાં નાનો વા મોટો થાય છે, છતાં આકૃતિગત્ સાદૃશ્યપણામાં લેશ પણ ન્યુનાધિકતા થતી નથી, તેજ પ્રમાણે સંતાન પણ માતૃપ્રકૃત્તિનુ તાદૃશ્યપણું ત્યાગ કરી શકતું નથી, એ એક પ્રાકૃત્તિક ચોકસ સિદ્ધાંત છે.

અતએવ માતા મનુષ્યના શિક્ષણનું એવું સ્થળ છે કે, સેંકડો ઉત્તમ શિક્ષક પણ એકમાત્ર માતા તુલ્ય શિક્ષાદાન માટે ઉપયોગી થઈ શકતા નથી. આથીજ પરિણામમાં જે દેશમાં સ્ત્રી

બ્હીકણુ, બાયલી, કલહ કંકાસ કરનારી, દ્વેશ કરનારી, આળસુ- આદિ દોષયુક્ત હોય છે તે દેશની પ્રજા પણ તેવીજ ઉત્પન્ન- થઇ, દેશને રસાતળ લઈ જવા કારણભૂત નિવડે છે. અને જે દેશમાં સ્ત્રી બહાદુર, નિર્ભય, ઉચ્ચાશય ધરાવનારી હોય છે તે દેશની પ્રજા સર્વ સામર્થ્યવાન નીવડે છે. અર્થાત્ બાલ્યકાળમાં જ સુસંસ્કારો ન નાંખતા બાળકની ઉન્નતિની આશા કરવી એ આકાશ કુસુમવત્–અથવા હવાઇ કીલ્લા બાંધવા સરખું છે. કા- રણ અશિક્ષા અને કુસંસ્કાર દોષને લીધે જ સંતાનની અવન્નતિનું કારણ અને મૃત્યુ સંખ્યામાં વધારો જોવામાં આવે છે. સંસારમાં બીજાં દશ કામ કરવામાં આવે છે, તેની સાથે એક વધારાનું શિશુપાલનનું કામ પણ સંપૂર્ણ રીતે સહેજ શીખી શકાય તેમ છે. તેમ તેનો ઉપયોગ પણ થઇ શકે તેમ છે, છતાં માત્ર આ સામાન્યાન્કર્ત્તવ્ય કંટાળવાથી સ્ત્રીજાતિ લક્ષાવધિ હત્યા કરે છે. સંતાનનું અસુખ અને દેહ દૌર્બલ્ય ઉત્પન્ન કરવા કારણભૂત બને છે. સંતાનની માનસિક પ્રવૃત્તિમાં શુન્યતાનાં બી રોપે છે. સ્વજા- તિના સુખ-સૈાભાગ્યની ભાવી આશા ઉપર કુઠારઘાત કરે છે, અને પોતાના હાથે જ વિવિધ કલેશને જન્મ આપે છે. પોતાથી કાંઇ પણ સુખ વૈભવ અને ધર્માર્થ સાધન થઇ શકતું નથી. આશા રાખવામાં આવે છે કે, સુશિક્ષિત સ્ત્રીઓ સંતાનના નિકૃષ્ટતા સાધન અને સંતાન હત્યા–પાપમાંથી મુક્ત થવા માટે યોગ્યતા મેળવી અલ્પાયુ, દૂર્બલ, નિસ્તેજ અને સ્વજાતિ સ્નેહ- શુન્ય સંતાનની વૃદ્ધિ કરતા અટકી પોતાની તેમ સ્વજાતિની હજુ વધુ દુર્ગતિ નહીં કરે. જ્યાં સુધી સ્ત્રી જાતિ પોતાના આ કર્ત્તવ્યને પૂર્ણપણે નહીં પાળે ત્યાં સુધી પુરૂષ જાતિના સઘળા યત્ન અને ચેષ્ટા વિફળ જ છે. એમાં કાંઈ સંદેહ નથી.

સકળ વસ્તુ ગુણવડે સુંદર અને રમણીય લાગે છે, પરંતુ આ સુંદરતા અને રમણીયતા પ્રાપ્ત કરવા આપણે બિલકુલ બેદરકાર છીએ. આપણુને તેનો ખરો શોખ નથી, જીજ્ઞાસા નથી, જેના પરિણામે આપણે અસહ્ય દુઃખ ભોગવીએ છીએ—અત્યાચારી લોકોના પગ નીચે ચગદાઇએ છીએ, અનેક તરેહનાં લાંછનો તેમ અપમાનો સહન કરીએ છીએ, અને કાયર પુરૂષ માફક ગણકારતા નથી. આ સર્વ દુઃખ દૂર કરવા (૧) રાજયત્ન અને (૨) આત્મયત્નની જરૂર છે. પણ સ્વજાતિય, સ્વધર્માવલંબી રાજા ન હોવાથી રાજ્યયત્નની તો આશા મૃગજલવત્ છે. તેથી સમાજની ઉન્નતિ—સુધારણા કરવાનું પરમ પવિત્ર કર્ત્તવ્ય સમાજના અર્ધાંગરૂપ સ્ત્રીજાતિના ઉપર આધાર રાખે છે. આ માટે પ્રથમ સ્ત્રીજાતિને પ્રાચીન શુદ્ધ આર્યનીતિ રીતિનું સુશિક્ષાદાન આપવાની ખાસ જરૂર છે. પરન્તુ કેવળ પાશ્ચામાત્ય ધોરણ ઉપર રચાયલી શાળા પદ્ધતિથી આપણો હેતુ સફળ થવાનો નથી. અને જ્યારે આપણા દેશની સ્ત્રીજાતિ પોતાનું કર્ત્તવ્ય—અધિકાર પૂર્ણ રીતે સમજશે, (જો પુરૂષ મંડળને સમજાવવાની ઈચ્છા હશે તો) તેને કાર્ય રૂપે ગોઠવી સારીરિક, . માનસિક, અને આત્મિક રહેણી કરણીને સમુજ્વળ બનાવી સંતાનને તેવા ઉચ્ચભાવથી વિભૂષિત કરવામાં જ નિમગ્ન બનશે, તોજ દેશની ઉન્નતિ થશે, સ્વતંત્ર થશે. અન્યથા નહી.

અતએવ સુજ્ઞ માતાએ સદા એવી સુદ્ધ રહેણીકરણી રાખવી જોઇએ કે જેથી સંતાન મધુર, ગંભીર, સુન્દર સ્વર, અક્ષર માત્રા, વાક્ય સ્પષ્ટ સમજાય તેવી રીતે બોલતા શિખે. માતા—પિતા, ગુરૂ, આચાર્ય, અતિથિ સગાસહોદર સાથે વર્ત્તવાની

તેમ બોલવા ચાલવાની, બેસવા ઉઠવાની સભ્યતા ભરી રીત-ભાત પણ સારી પેઠે શિખે. જેથી સર્વ જગાએ સન્માન પામે, અને કુળને દિપાવે. વળી માત-પિતાએ સંતાનને એવા ઉત્તમ-શુદ્ધ સંસ્કારો નાંખવા કે ધર્મ વિરૂદ્ધ ભ્રાન્તિ જાળમાં-મિથ્યા પ્રપંચમાં ન ફસાય. ભૂત પ્રેતના વ્હેમમાં ન ભરમાય. ધૂર્ત પાખંડી, મૂર્ખ, અનાચારી, સ્વાર્થી, દૂર્જનોથી ન છેતરાય અને બાલ્યાવસ્થામાંથી જ ચતુર, નીતિવાન, ધર્મવાન, શીળવાન, નિસ્પૃહિ, બ્હાદુર, ઉત્સાહી, આનન્દિત અને કાર્યકુશળ બને.

મનુ મહારાજનું કહેવું પ્રમાણ જ છે કે, "**माता शत्रुः पिता वैरीयेन बालो न पाठितः**" અર્થાત્ તે માતા પિતા પોતાના સંતાનના વૈરી-દુશ્મન છે કે જેમણે પોતાના સંતાનને સદ્વિદ્યાથી વિભૂષિત ન કર્યાં. માટે માતા પિતાનું એ પરમ કર્ત્તવ્ય કર્મ છે, પરમ ધર્મ છે કે સંતાનને બાલ્યકાળમાં જ ઉત્તમ સંસ્કારો નાંખે; તો એ સહજ સ્વાભાવિક જ છે કે પછી વયોવૃદ્ધિ સાથે તે કલ્પવૃક્ષવત્ સર્વ અભિષ્ટ સુખો-ફળોને ઉત્તરોત્તર આપ્યા કરશે. આથી દેશમાં ઇશ્વર કૃપાથી દુઃખ, ભય, સંકટનુ નામ નિશાન પણ નહીં રહે-ને દેશ પાછો ભૂમંડળમાં તારામંડળમાં ચંદ્રમાવત્ દિપશે! દેશમાં સર્વત્ર સર્વ રિદ્ધિસિદ્ધિ, સુખ વૈભવો, આનંદમંગળ, જયજયકાર વર્ત્તારો !! જયરંગ, શ્રીરંગ જામશે!!! લીલાલહેર થશે !!!! **અસ્તુ.**

ओ३म्. शान्तिः शान्तिः शांन्तिः

ઇતિ પૂર્વાર્દ્ધ.

ઉત્તરાર્દ્ધ

પ્રકરણ ૧ લું.

વૈદ્યક રહસ્ય.

પાછળ આપણે યથોચિત વિવેચન કરી ગયા તે ઉપરથી વાંચકને સહેજ જણાયું હશે કે, ઉપયોગી સંતાન ઉત્પન્ન થવાનો એક માત્ર આધાર સ્ત્રી-પુરૂષની યોગ્યતા, યોગ્ય વય, શુદ્ધ આચાર-વિચાર, અહાર-વિહાર, રહેણી-કરણી, શુશિક્ષણ ઉપર રહેલો છે. આના અભાવે પરણેલી જીંદગી સુખને બદલે કેવળ કષ્ટ ભરેલી, કંટાળા ભરેલી ત્રાસદાયક જણાઇ અધિકારી જ લાગશે. ખરૂં પુછો તો આનો કાંઇ ઉપાય જ નથી. કારણ, વગર વિચારે જાણી જોઇને જાણવા છતાં ભૂલ કરનારના જે હાલ થવા જોઇએ અને થાય તેમાં દોષ કોનો ? એ કુદરતી શિક્ષાજ હોઇ તેમ થવાનું, તથાપિ કુદરતની બલીહારીજ છે. કારણ કે ઇશ્વર ન્યાયકારી હોઇ દયાવાન છે. તેથી કોહ્યું ત્યાંથી કાપવાની વાં ભૂલ્યા ત્યાંથી ફરી ગણવાની વા જોઇ વિચારીને કામ કરવાની રીત મુજબ હવેથી પણ શાસ્ત્રોક્ત નીતિ રીતિ મુજબ વર્ત્તવા ઇચ્છતા જનોએ આશા રાખવા હજુ પણ પુરતા સાધનો કુદરતે તેના સમક્ષ રાખેલા છે. તે એ કે, જેવી રીતે કે, પ્રથમ તો ઉત્તમ બીજ અને ક્ષેત્ર મનોવાંચ્છિત ફળને માટે પરમ આવસ્યકિય છે તથાપિ કાંઇ કારણને લીધે આમાં કાંઇ સ્વાભાવિક વા નવીન ઉત્પન્ન થયેલ વિકાર હોય

તો તે સુધારી વિધિપૂર્વક સંમેલનથી મનોકામના સિદ્ધ થઇ શકે છે. આ અર્થે ઉભયની (સ્ત્રી-પુરૂષની) પ્રકૃતિની સમાનતા જાળવી રાખવા અથવા પ્રકૃતિમાં અસમાનતા થવાને લીધે કાંઇ વ્યાધિ થાય તો તેને સમાનતામાં લાવવા ઉપાયો કરવા, તે સંબંધી જ્ઞાન સંપાદન કરવું એ મનુષ્યનું પ્રથમ કર્ત્તવ્ય છે. અતએવ આ ગ્રંથનો વિષય વાંચનનો વિષય માત્ર ન થઇ પડે કિન્તુ તે કેટલેક અંશે કાર્યમાં પણ મૂકવા બની શકે તે અર્થે સ્ત્રી-પુરૂષોના તેમ બાળકોના મુખ્ય મુખ્ય દોષો-રોગો, વિકારો, ખોડ, ખામીઓનું વાચકને જ્ઞાન થઇ તે નિવારણ કરવા જીજ્ઞાસા ઉશ્કેરાય તે અર્થે આ ભાગમાં કેટલુંક ઉપયોગી વૈદક રહસ્યનો સમાવેશ કરવો યોગ્ય ધાર્યો છે. આશા છે કે, સુજ્ઞ વાંચકો જરૂર પડે ધર્માત્મા, કુશળ વૈદ્ય-ડૉકટર વા હકીમની સલાહ લઈ તદ્નુસાર શરીર સંશોધન કરી બળ, બુદ્ધિ, વિર્ય, કાંતિ, સાહસ, ઉત્સાહ, સ્વદેશાભિમાન ઉત્તેજીત થાય તેવા અનુપમ ઔષધોનું સેવન કરી આ લોકમાં સ્વર્ગમય સુખ મેળવી અહોભાગી બનશે. !

વાંચકને અત્રે એ પણ સૂચના આપવી અયોગ્ય નહીં ગણાય કે, આજકાલ દેશમાં પ્રપંચી, સ્વાર્થી લોકો પંઢત્વનિવારક, ધાતુપૌષ્ટિક, વિર્યસ્તંભક, સ્ત્રીરોગ, વંધ્યત્વનિવારક આદિ અનેક દવાઓના લોભમાં પ્રજાને નાંખે છે. આથી અજ્ઞાન વા દરદથી હેરાન થઈ લાચાર બનેલ વા વિષયાંધ, હૈયાના ફુટયા અને પૈસાના પૂરા લોકો આવા મિથ્યા પ્રપંચોમાં ફસાઈ ધન, આબરૂ, તથા ધર્મને ખૂએ છે. માટે સુજ્ઞ જનોએ જરૂર જણાયતો નામાંકિત, અનુભવી, કુશલ, તેમજ ધર્માત્મા વૈદ્યની સલાહ લઇ દેશી ઔષધોનો બનતા સુધી ઉપયોગ કરવો.

૧. પુરૂષના દરદો.

સાધારણ જન સમાજનું એ ઘણે ભાગે માનવું છે કે, વંધ્યત્વપણું એ માત્ર સ્ત્રીજાતિના રેગના લીધે વા પ્રારબ્ધના યેાગે કરીને જ હેાઈ શકે છે. તેમાં માનસિક કલ્પના વા તદબીરનેા કાંઈ ઉપયેાગ થતેા નથી. પણ શારીરિક શાસ્ત્ર, વૈદ્યક રહસ્ય તેમ સૃષ્ટિ નિયમના આધારે આ વાત તદ્દન નાપાયાદાર ઠરે છે. અને જ્યાંસુધી સ્ત્રી તેમ પુરૂષેાના શારીરિક દેાષ સુધારવામાં નથી આવતા અર્થાત્ શુદ્ધ નથી હેાતા ત્યાંસુધી ચ્હાય તેટલી સ્ત્રીએા બદલે વા માંડી બદલ કરે, પણ દેાષવાન પુરૂષ વા સ્ત્રીના સંયેાગથી તેા સંતાનેાત્પત્તિ નથી જ થવાની, અને જો થાય તેા મનેાવાંચ્છિત ન થાય એ સિદ્ધાંત છે. માંટે સ્ત્રી પુરૂષે દેાષનું મૂળ ક્યાં છે? તે ચતુર વૈદ્ય વા ડાક્ટરની સલાહ મેળવી નિર્મૂળ કરવા પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. સંતાનેાત્પત્તિ માટે બાધક એવા પુરૂષેાના નિચે પ્રમાણે મુખ્ય દેાષેા વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં વર્ણવામાં આવ્યા છે. ૧. **ધાતુશ્રાવ**--શરીર આખાનેા-જીવન વ્યાપારનેા એક માત્ર આધાર વિર્ય, તેના સંબંધમાં વિકાર થવેા એ મનુષ્યના શરીરમાં થતાં સર્વ દરદેામાં ઘણું ત્રાસદાયક મુખ્ય દરદ છે. કાળે કરીને આ દરદ આખા શરીરમાં વ્યાપિ બીજા અનેક વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરી દરદીને ખરાબખસ્ત કરી મૂકેછે. પ્રથમ શરૂઆતમાં પુરૂષને ઇચ્છા વિરૂદ્ધ-ઇચ્છા વગર વિર્યપાત થાય અને તે પણ વખતેા વખત થાય એ એક મેાટું દરદ છે. આથી ઘણી નબળાઇ ઉત્પન્ન થાય છે. આવેા ઇચ્છા વિરૂદ્ધ થતેા ધાતુપાત બે પ્રકારનેા હેાય છે.

એક સ્વપ્નાવસ્થામાં થતો ધાતુપાત અને બીજો જાગૃતાવસ્થામાં થતો ધાતુપાત. આનું કારણ વિષય સંબંધી કરેલા વિચારો, નાટકોનું જોવું, શૃંગારીક નોવેલો-કથાઓનું વાંચવું વા સાંભળવું, મનમોહક સ્ત્રીઓના સહવાસમાં આવવું, ને તેના વિચાર કરવા: ઇત્યાદિ કારણોને લીધે સ્વપ્નાવસ્થામાં વિષય સુખ સંબંધી દેખાવનો તેમ સ્ત્રી સંગ કર્યાનો આભાસ થઇ વિર્યનો પાત થાય છે. ગૃહસ્થાશ્રમીઓને સ્ત્રી પ્રસંગને વધારે મુદત થઇ હોય તો. આ પ્રમાણે સહજ વિર્યપાત થાય છે. આ પ્રમાણે સ્વપ્નમાં વ્યભિચાર થવાની સાથે મહામૂલ્યવાન જીવનવત વિર્યનો મિથ્યા પાત થવાથી વિવેકી ગૃહસ્થો ઘણા ખિન્ન થાય છે; પણ તેઓ આવા ધાતુપાતને માટે ક્ષણવાર પશ્ચાતાપ કરી આખરે તેને કુદરતી હાજતમાં લેખી શાંત થઇ જાય છે. પણ તેમણે જાણવું જોઇએ કે, વગર ઇચ્છાએ થતો વિર્યપાત છેવટે ધાતુક્ષયના ગંભિર દરદનું રૂપ પકડે છે. માટે આ રોગને શરૂઆતમાં જ અટકાવવા પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે.. શરીરમાં આ રોગ જડ ઘાલવાથી ઉપસ્થેન્દ્રિય નબળી પડી તેની શક્તિ ઓછી થઇ જાય છે. આથી ઇચ્છા વગર ધાતુપાતનું પ્રમાણ તથા મર્યાદા પણ વધતી જાય છે. ધાતુ પાતળી થઇ એટલે તેના ગુણ ધર્મ પણ ઘટી જાય છે. શરીરમાં ધાતુ તૈયાર થયા પહેલાં સહેજ વાતમાં ઝાડા વા પેશાબ વખતે વા જરા મહેનતનું કામ કરવામાં આવે કે તુરત, વા વિષય સંબંધી વિચાર આવતાની સાથે કાચું વિર્ય ઝરે છે; આવા ધાતુપાતને જાગૃતાવસ્થાનો ધાતુપાત કહેવામાં આવે છે. આ સર્વનું પરિણામ નપુંસકપણામાં પરિણામી જ્ઞાનતંતુ જાળની નબળાઈ, મનની નબળાઈ, શરીરમાં સુસ્તાઈ, ઉત્સાહભંગ, વહેમીપણું, પાચનશક્તિનું

કમી થવું અને અંતે નિરૂત્સાહીપણું, બાયલાપણું, બ્હીકણપણું, સ્ત્રીનું દર્શન સુદ્ધાં તીરસ્કાર ઉત્પન્ન કરનાર થઈ પડે છે. ને આવા દરદી વિરાગી બનવા, વા એકાંત શેવી બનવા, વા સાધુપણાનો ડોળ રાખવા લલચાય છે. અથવા વધારે વિપયાશક્ત બને છે, તેથી વિર્ય સ્તંભક, ધાતુપૌષ્ટિક, નપુસંક-ષંઢતા નિવારક, કામો દ્દિપક આદિ દવા-ભસ્મો, માત્રા તથા ઔષધીઓ માટે ધૂર્તોના ખીસા તર કરે છે ને પોતે હાંસીના પાત્ર બને છે.

કારણો—૧-પુરતો શારીરિક પરિશ્રમ ન કરતાં માત્ર મગજને કસવાનું કામ કરવાથી. ૨-નાનપણમાં હાથરસની કુટેવથી. ૩-હદથી જ્યાદે વિષયવાસનામાં મસ્ત બનવાથી, શૃંગારીક બાબતો જેવા કે નાટક, તમાશા, નાચ આદિ જોવાથી, સ્ત્રીઓના ગાઢા સહવાસમાં રહેવાથી, ૪-વારંવાર સ્ત્રી સંગ કરવાથી. ૫-વ્ય-ભિચારથી સો, એક હાથે કર અને બીજે હાથે ભોગવ તે પ્રમાણે તુરત જ એક નહીં પણ અનેક રોગોનું ભોગ થવાય છે, જેનું વિવેચન વિસ્તારથી આગળ જોવામાં આવશે.

ઉપાય—કારણ ૧ ને માટે જેઓને શરીરને કસવાનાં કામ કરતાં મગજ સાથે વધારે કામ છે જેવા કે, વિદ્યાર્થી, શિક્ષક બ્રહ્મચારી, વ્રતધારી, વકીલ, કારકુન વિગેરે. આવા દરદીએ સદા હલકો, સાદો, જલદી પચી શકે તેવો ખોરાક ખાવો, મનની પવિત્રતા રાખવી, શૃંગારિક દેખાવો ન જોવા, શૃંગારિક નોવેલો ન વાંચવા, સ્ત્રીના સંબંધમાં ન આવવું અને શારિરીક કસરત કરવી. આ અભ્યાસમાં જેટલા આગળ વધાશે. તેટલો મિથ્યા વિર્યપાત ઓછો થઇ અંતે તે રોગ બિલકુલ નિર્મૂળ થશે.

કારણ ૨ જા માટે પ્રતિષ્ટિત અનુભવી વૈદ્ય વા ડાકટરના

ઔષધોપચાર કરવાથી ફાયદો થશે. કારણ ૩-૪ માટે વિષય વ્યાપારમાં નિયમીત બનવું, મનની પવિત્રતા રાખવી, ઇન્દ્રિઓના બળ કરતાં આત્માના બળનું પ્રધાનપણું રાખવું, દિનચર્યા રાત્રિચર્યા ધર્મવિહિત રાખવી. ઉત્તમ પ્રતિનાં પુસ્તકો વાંચવાં. નાચ, તમાશા, નાટક જોવામાં વ્યભિચારી દૃષ્ટિ ન રાખવી અર્થાત્ વિષ રૂપી વિષયના ગ્રાહક ન થતાં માત્ર અમ્રત રૂપે તેમાં જે બોધક તત્વો હોય તે ગ્રહણ કરવાં, બાકીની વસ્તુને વિસરી જવું.

રોગની પરીક્ષા—જે વિર્ય સ્ફટીક જેવું નિર્દોપ હોય ને દ્રવરૂપ, સ્નિગ્ધ, મધુર અને મધ જેવી ગંધ હોય તે વિર્ય શુદ્ધ, વિકાર વગરનું જાણવું. ગર્ભ ધારણ માટે આ વિર્ય શ્રેષ્ટ છે. અને જે પાતળું હોય અને ઉપરના ગુણોથી રહિત હોય તે વિર્ય ગર્ભસ્થાપન માટે ઉપયોગી નથી.

વિર્યસ્તંભક, ધાતુ પૌષ્ટિક, વિર્યવર્ધક ઔષધો.

ધાતુક્ષયજન્ય ઉદ્ભવેલા અનેક રોગ, જેવા કે નપુંસકત્વ, અગ્નિમાંદ્ય, જીર્ણજ્વર, સ્વપ્નાનામાં વા બીજી રીતે થતા ધાતુપાત અને તેથી થતી અસરો દુર કરી રક્ત શોધક, પૌષ્ટિક, વિર્યસ્તંભક, કામોદિપક, ચિતોત્સાહક, બળ, બુદ્ધિ, કાન્તિ વર્ધક તથા ઇચ્છા વગર થતા વિર્યપાતને પેદા કરનારા તેમ ઉત્તેજીત કરે તેવા કારણો દુર કરવાં. (૧) ધોળી મુસળી, કૌવચા, એખરો, જેઠીમધ, ગોખરૂ એ સર્વ અથવા તેમાંની એકનું ચુર્ણ દૂધ તથા સાકર સાથે પીવું. (૨) આંબળાં, ગળો, ગોખરૂ એ ત્રણ વસ્તુનું ચુર્ણ ઘી તથા સાકરમાં ચાટવું. (૩) દસ્તના ખુલાસા માટે સોનામુખી ત્રિફળા વિગેરેનું શેવન કરવું. (૪) પરણેલા પુરૂષે

સ્ત્રી સાથે રહેવું. (૫) ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવું. (૬) સાલમમીસરી રૂ. ૧ ભાર, ધોળી મુશળી રૂ. ૧ ભાર, સાંઠી રૂ. ૧ ભાર, એખરો રૂ. ૧ ભાર, ચીકણુના પાન રૂ. ૧ ભાર, મેંદીના પાન રૂ. ૧ ભાર, કપાશીઆનો મગજ રૂ. ૧ ભાર, મેઢ રૂ. ૧ ભાર, સાકર રૂ. ૬ ભાર નાંખી દરરોજ ૩ માસા ચુર્ણ ૦। શેર દૂધમાં લેવું આથી ધાતુની પુષ્ટી થઈ સ્વપ્નાવસ્થાનો વિર્યપાત્ બંધ થાય છે. (૭) દૂધ ઉત્તમ પૈાષ્ટિક વસ્તુ છે. પ્રબળ અગ્નિવાળાએ તે કઢીને પીવું. અને મધ્યમ તથા મંદ અગ્નિવાળાએ ધાટું થવા દીધા વિના માત્ર ઉન્હુ કરીને જ પીવું. દૂધમાં સાકર, બદામ, પિસ્તાં તથા બીજી પૈાષ્ટિક દવાઓ નાખીને પણ પીવાય છે. સાકર મધ્યમ પ્રમાણમાં નાખવી. બહુ સાકર દૂધનો ગુણ કમી કરે છે. દૂધમાં કેશર, જાયફળ, વિગેરે વસ્તુઓ નાખવાથી ધાતુ પુષ્ટિ કરે છે. ઝાડાનો કબજો કરે છે. માટે વિર્યની ખામી વાળાઓએ દૂધનું સેવન રાખવું. (૮) ગાયના ગરમ કરેલા દૂધમાં ગાયનું તાજું ઘી તથા સાકર નાખી પીવું. (૯) આંબળાં, ગોખરૂ, તથા ગળોનું સરખે ભાગે ચુર્ણ ઘી તથા સાકરમાં ચાટવાથી ધાતુ વૃદ્ધિ તથા પુષ્ટિ થાય છે. (૧૦) ગોખરૂનું ચુર્ણ સાકરમાં મેળવી ફાકવું તથા ઉપર દૂધ પીવું. (૧૧) ગોખરૂ, વરિયાળી, સાકર એ સર્વનો ઉકાળો કરી બે વખત પીવો તેથી વિર્યપાત્ બંધ થાય છે. (૧૨) ગોખરૂનું ચુર્ણ તોલો ૧ મધમાં મેળવી બકરીના દૂધની સાથે પીવું. એવી રીતે બે માસ પીવાથી ગયેલ પુરૂષત્વ પાછું પ્રાપ્ત થાય છે. (૧૩) ગોખરૂનું ચુર્ણ, ગાયનું ઘી, સાકર તથા મધ સમ ભાગે મેળવી તેમાંથી નિત્ય બે તોલા ભાગ ગાયના દૂધ સાથે પીવું. (૧૪) સાલમનું ચુર્ણ દૂધમાં ઉકાળીને તેમાં થોડી સાકર નાખી પીવું. (૧૫) સાલમ,

ધોળી મુશળી, કાળી મુશળી, ગોખરૂ, તાલીમખાના, બળદાણા, ખારેક એ સર્વનું ચુર્ણ તથા એક તોલો સાકર ૦ા શેર દૂધમાં નાખી પીવું તેથી સ્વપ્નમાં થતો ધાતુશ્રાવ બંધ થઇ ધાતુની પુષ્ટતા થાય છે. (૧૬) એક તોલો જેઠીમધનું ચુર્ણ ઘી તથા મધમાં સવારમાં ચાટવું. તેથી પુરૂષાર્થ વધે છે (૧૭) લીંડીપીપર, મધ, ઘી, દૂધ તથા સાકર એકત્ર કરી ખાવાથી પુષ્ટિ આવે છે ને મંદાગ્નિ મટે છે. (૧૮) અડદની છડેલી દાળનો, ઘઉંનો, છડેલા જવનો આટો, પીંપરનું ચુર્ણ એ પાંચ વસ્તુઓ ચાર ચાર તોલા તેમાં ૦ા શેર ઘી નાખી તેને કડાઇમાં શેકવાં; તેટલીજ સાકર અને સાકરથી બમણું પાણી તેનો હલકા અગ્નિથી પાક-ચાસણી કરી તેમાં શેકેલું ચુર્ણ નાખી ચાર ચાર તોલાના મોદક બનાવી શેવન કરવું. (૧૯) ગળો, સતાવરી, કૌચ બીજ, બળબીજ, સાલમકંદ એ સર્વેનું ચુર્ણ કરીને ગાયના દૂધ સાથે પુરૂષોએ પીવું શ્રેષ્ટ છે. આ ઔષધ વિર્યની વૃદ્ધિ કરે છે. તથા ઇન્દ્રિઓની શક્તિ વધારે છે. (૨૦) તલ અને ગોખરૂનું ચુર્ણ કરીને તેને બકરીના દૂધમાં રાંધવું, ઠંડું થાય ત્યારે તેને મધ સાથે ખાવું. આ ઔષધથી નપુંસકપણું નાશ પામે છે. (૨૧) સતાવરી, બલદાણા, કૌચાના બીજ, એખરો, આસોંદ, તલ, અને અડદનું ચુર્ણ કરી રાતે દૂધ અને સાકરની સાથે પીવું. (૨૨) તાલીમખાનાનું ચુર્ણ સાકરની સાથે ખાવું ઉપર ગાયનું ફીણ ભરેલું દૂધ પીવું.

ગરમી ચાંદી ટાંકી—SYPHILIS.

સ્ત્રી પુરૂષને તેમના પાપાચરણના બદલે પ્રથમ શિક્ષા તરીકે ગરમી, ચાંદી, અને પ્રમેહ એ ઘણો ત્રાસદાયક નાશકારક અને

માણુસ જાતને ઘણી અધમ અને નામોશી ભરેલી દુર્દશામાં લાવી મૂકનાર રોગ થાય છે. આ રોગ ત્વચાનો વ્યાધિ હોઇ શરીરના આખા બંધારણ ઉપર તેની અસર થાય છે. અને ચેપી હોઇ તેનું ઝેર એવું નઠારૂં છે કે, એક નાની સરખી ચાંદીમાંથી તેનો પ્રસાર આખા શરીરમાં થાય છે. અને એકવાર લોહીમાં પ્રવેશ કર્યા પછી તે છેક નિર્મુળ થઇ શકતો નથી. ચાંદીના આગળ વધેલા રોગને ઉપદંશ અથવા ગરમી કહેવામાં આવે છે. ઉપદંશની અનેક વિકૃત્તિઓ થાય છે. જેવી કે વિસ્ફોટક, બદ, ચાંદ ધારા, ગાંઠો, સંધીવા, ફીરંગવા, હીસ્ટરીયા, ઉન્માદ વિગેરે. દુષ્ટ સ્ત્રી પુરૂષોના સંબંધથી પરસ્પરને લાગેલો ચેપ આ રોગનું મુખ્ય કારણ છે. સ્વચ્છંદી લોકો શાસ્ત્રની આજ્ઞા અને નીતિની મર્યાદામાં નથી રહેતા તેમને આ પ્રમમ શિક્ષા છે, તે આટલેથી જ ન અટકતાં જે મા બાપને ગરમી હોય છે તેનાં બાળકો પણ ગરમીના રોગની અસર લઇને જન્મે છે, અર્થાત્ આ રોગ વારસામાં મળે છે—અને સંખ્યાબંધ બાળકો અવતરે છે—તે નાની ઉમરમાં જ મરી જાય છે, ને જે જીવે છે તેમાંની મોટી સંખ્યા આ રોગના ભોગ થઈ પડે છે. અને સારે ભાગ્યે જ સદાચરણી હોઈ શકે છે. કદાપિ સદાચરણી હશે તો, એતો ખરૂંજ છે કે, તે દૂર્બળ, અલ્પવિર્ય, નિરૂત્સાહી આદિ દોષ યુક્ત હશે. ગરમીના રોગવાળી સ્ત્રીને ધાવનાર બાળકને પણ ગરમીનો રોગ લાગુ પડે છે. ટુંકામાં, ગરમીનો રોગ ઘણો ચેપી અને ઝેરી છે. ગુહ્ય અવયવોની અતિ મલીનતા પણ ચાંદી જેવા વિકારોને ઉત્પન્ન કરે છે.

ઉપાય—-પંચવલ્કલ—વડ, પીપર, પારસ પીપળો, તથા ઉં-

બરો એ પાંચ ઝાડની છાલના ઉકાળાથી ગુમડાં, ધારાં, વિસ્ફોટક વિગેરે ત્વચાના રોગોને ધોવાથી સડેલા ભાગને ઘણો ફાયદો થાય છે. કચકચતા આળાવાળા ભાગને આ પાણીથી ધોઇ એજ પંચવલ્કનો કપડછાન ચુર્ણનો ઉભેરો દાબવાથી જલદી રૂઝ આવે છે. (૨) ત્રિફળાના ઉકાળાવતી ચાંદીને ધોવી. (૩) ત્રિફળાની રાખ કરી તેને સિંધાલુણ સાથે મધમાં મેળવી લેપ કરવો. (૪) કરેણના મૂળ વાટી લેપ કરવો. (૫) કાથો અને શંખ જીરાની ભુકી દાબવી.

પ્રમેહ–સુજાક–GONORRHŒA.

દુષ્ટ સ્ત્રીઓ તેમજ જનનેન્દ્રિયોના દરદોવાળી અને રજઃસ્વલા સ્ત્રીઓના સંબંધથી, હાથરસથી, અને કેટલીક વખતે ગરમ ખાનપાનથી તેમજ આ રોગ વારસામાં મળતો હોવાથી આ રોગ સ્ત્રી તેમ પુરૂષને થાય છે. પેશાબ રસ્તેથી પરૂ નીકળવું એ આ રોગનું પ્રત્યક્ષ લક્ષણ છે. પ્રમેહની રસીનું ઝેર ચેપી હોય છે. રસી–પરૂ થતા પહેલાં પ્રમેહની કેટલીક નિશાનીઓ તૂરત જણાય છે. સ્ત્રી સંબંધ થયા પછી બીજેજ દિવસે અથવા કેટલીક વખત બે ચાર દિવસ બાદ આ ચિન્હો પ્રગટ થાય છે. પ્રમેહના ચાર ક્રમ હોય છે. (૧) પેશાબનો પદાર્થ ધોળો દૂધ કે છાશ જેવો આવે છે. (૨) રસી ઘણી અને જથાબંધ જાય છે. તેનો રંગ પીળાશ પડતો લીલો અને તેની સાથે કોઇવાર લોહી પડે છે. (૩) સોજો તથા દાહ જરા નરમ પડે છે. રસી ઓછી થાય છે. (૪) રસી પાણી જેવી અને ટીંપેટીંપે આવે છે. પ્રમેહ થાય છે એટલે મુત્ર માર્ગમાં કોઇ પણ ઠેકાણે સોજો થાય છે.

આ સોજો પેશાબ માર્ગના આગલા ભાગ તરફ હોય તો પરૂ થોડું આવે છે. અને જેમ જેમ છેટેના ભાગમાં હોય તેમ પરૂ ઘણું આવે છે. શરૂઆતમાં મ્હોં ઉપરના ભાગપર ચળ થાય છે. મુત્ર માર્ગની નળીનું મ્હોં સુજીને લાલ થાય છે અને જરા વિશેષ ખુલ્લું થાય છે. તેને દાબતાં અંદરથી પરૂ નિકળતું દેખાય છે. પેશાબ વારંવાર થયા કરે છે. અને તેની ધાર ઝીણી પડે છે. પેશાબ કરતાં ઘણી બળતરા થાય છે. તથા તણખ મારે છે. પ્રમેહની પીડા બહુ હોય તો તાવ પણ ભરાય છે. પેશાબની નળી ભરેલી તથા કઠણ દોરડા જેવી થઈ જાય છે, અને પેશાબ જોરમાં આવે છે ત્યારે વાંકી વળવાની સાથે તેમાં અતિશય પીડા થાય છે. એકાદ અઠવાડીઆ પછી પ્રમેહ શાંત થાય છે, ત્યારે બળતરા કમી પડે છે. રસી સફેદ રંગની આવે છે અથવા બંધ પડે છે. આ પછી પ્રમેહ જુનો ગણાય છે. પ્રમેહ જુનો થયા પછી વારંવાર દેખાવ દે છે ને મટે છે અને જો દરદી સ્વચ્છંદી અને બેપરવા રહે છે તો તેનાથી મુત્ર કુચ્છ થાય છે. કેટલીકવાર પ્રમેહમાંથી બદ પણ થાય છે. ઇન્દ્રિ તથા શરીર ઉપર ઝીણી ઝીણી ફોડલીઓ થાય છે. અને આખા શરીરમાં લોહીને બગાડે છે. પ્રમેહ સંતાનને પણ વારસામાં મળે છે.

ઉપાય—શરૂઆતના ઉપચાર તરીકે સોજો તથા પીડા હોય તો ગરમ પાણીનો શેક કરવો. અથવા કમર બુડ ગરમ પાણીમાં બેસવું. જુલાબ વધારે ખુલાસાથી લાવવા સારૂ રેચની દવા લેવી, પેશાબમાં દાહ હોય તો પેશાબની ખટાશને તોડે એવા ક્ષાર તથા પોટાશ સોડા વિગેરે પીવા. અળશીની ચાહ પીવી તથા જવને ઉકાળી તેનું પાણી પીવું. દૂધ તથા પાણી

મેળવીને પીવું. સોડા વૉટર, ગોખરૂ, ઇસબગોળ, તકમરીઆં, બહુફળી, મુગલાઇબેદાણા વિગેરે દવાઓની ફાકીઓ કરીને પીવી અર્થાત્ પેશાબ છુટથી ઉતરે એવી દવા કરવી. પ્રમેહ નાબુદ થતા સુધી સ્ત્રી સંગ બીલકુલ ન કરવો. કારણ આથી સ્ત્રીનું ગર્ભાશય દોષિત થાય છે, ને થનાર સંતતિને પણ પ્રમેહનો રોગ વારસામાં ઉતરે છે.

સ્ત્રીઓનાં દરદો.

—:o:—

પ્રકરણ ૨ જું.

વાંઝીયાપણું.

સ્ત્રીઓને ગર્ભ નથી રહેતો તેમાં સ્ત્રીઓનોજ દોષ છે એમ ઘણે ભાગે માનવું હોય છે. પરંતુ નિચે બતાવેલા દોષોમાંથી જો સ્ત્રી મુક્ત હોય તો તેની જવાબદારી બેશક પુરૂષનેજ માથે છે. માટે સંતાનને માટેજ એક ઉપર બીજી સ્ત્રી લાવવા તૈયાર થનાર પુરૂષે પોતાની તેમ પોતાની સ્ત્રીની પ્રથમ શારીરિક તપાસ કરાવ્યા બાદ સ્ત્રીમાં જો વંધ્યત્વના વા ગર્ભ ધારણનાં અવયવોની સાધ્ય ખોડ હોય તે સુધારવા પ્રયત્ન કરવો; તેજ પ્રમાણે પોતાનામાં કાંઈ દોષ હોય તો તે પણ સુધારવા. આથી પરિણામ એક ઉપર બીજી સ્ત્રી લાવવાના કરતાં અવશ્ય સુખરૂપ થશે. વાંઝીયાપણાનો કાંઇ ઇલાજ જ નથી એવું અજ્ઞાન લોકોનું માનવું છે. પણ કુશળ અનુભવી વૈદ્યના ઔષધોપચારથી તેમ પથ્ય અહાર વિહારથી સાધ્ય રોગો દુર થઇ શકે છે.

વાંઝીયાપણાના કારણો—૧. સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયની સ્વાભાવિક ખોડ જેવીકે કમળમુખના આડા ચામડીનો પડદો આવવો, અથવા કમળ મુખનું સંકોચાઇ જવું અને સ્ત્રી અંડની અપૂર્ણ સ્થિતિ.

(૨) શારીરિક દોષો–રજોત્પતિની ખામી અને વિકાર, શરીરે ફુલી જવું, અત્યંત અશક્તિ, સુવા રોગ વિગેરે.

(૩) સ્થાનિક દોષો–ગર્ભાશયનું પ્રદર, ગર્ભાશયનો સોજો, ગર્ભાશયમાં ચરબી, ગાંઠો વિગેરેનો જમાવ, ગર્ભાશયનું ફરી જવું કે વાકું થવું, કમળમુખનો સોજો તથા ઘા, યોની માર્ગનો સોજો, દાહ તથા અસહ્યતા, ચાંદી, પ્રમેહ વિગેરે ચેપી રોગો.

સ્ત્રીઓના શુદ્ધ આર્ત્તવ.—સસલાના લોહી જેવું. લાલ લાખના રસ જેવું, વસ્ત્રપર પડવાથી ધોતાં ડાઘ ન રહે તે શુદ્ધ સમજવું. મેલું, ફીકું, ગાંઠાવાળું, અને ગંધાતું આર્ત્તવ ગર્ભ ધારણના કામમાં નિરૂપયોગી હોય છે.

સ્ત્રીની ઋતુની સમજ—ગર્ભસ્થાનની બારીક નસમાંથી દરમાસે નીકળતા લોહીને ઋતુ (આર્ત્તવ) કહે છે. નિરોગી હાલતમાં આ લોહી પ્રવાહી હોય છે અને રોગી હાલતમાં બંધાઇને તેના કટકા પડે છે. ગર્ભ રહે છે ત્યારે આ દસ્તાન બંધ પડે છે અને તેને બદલે તે દસ્તાન ગર્ભાશયમાં જઇ ગર્ભનું પોષણ કરે છે. અને પોષણની જરૂર નથી પડતી ત્યારે તે કુદરતી રીતે દસ્તાનરૂપે દરમાસે બહાર પડે છે.

સ્ત્રીઓનાં દરદો—સ્ત્રીઓના દરદોના ત્રણ વર્ગ પાડી શકાય છે. ૧. સામાન્ય દરદો. ૨. ગર્ભાવસ્થાનાં દરદો. ૩. સુવાવડના વા તેના રહી ગએલા જીર્ણ વિકારો.

૧. સામાન્ય દરદો—સ્ત્રીના પ્રસવદ્વારના જુદા જુદા

ભાગોમાંથી અને કમળના મુખમાંથી પાણી જેવો જરા જરા શ્રાવ નિરંતર થયા કરે છે, જેથી તે ભાગો ભીના રહે છે. જ્યારે કેટલાક કારણોથી આ શ્રાવ વધે છે ત્યારે પ્રવાહની પેઠે બહાર પડી કપડાંને બગાડે છે, ત્યારે તેવા ધાતુ શ્રાવ ને પ્રદર વા ધુપણી કહેવામાં આવે છે.

કારણ—સંસાર ભોગવવામાં નિયમ અને હદ ન રાખવાથી. વારંવાર ગર્ભ રહેવાથી ઋતુશ્રાવ બંધ કરે એવી વસ્તુઓ વાપરવાથી. બાળકોને મોટી ઉમર સુધી ધવરાવવાથી. ઋતુઃશ્રાવ ઘણું જવાથી. ગર્ભ રહેવાથી બીજા રોગને લીધે આવેલી નબળાઇને લીધે. ઘણો ઉંચો પૈાષ્ટિક ખોરાક ખાઈ શરીરને યોગ્ય કસરત નહીં આપવાથી. અને દારૂ વિગેરે ગરમી પેદા કરનારી ચીજો બહુ વાપરવાથી આ રોગ પેદા થાય છે.

લક્ષણ—પાણી જેવી અથવા ઘાટી અને ચીકણી ધોળી, પીળી કે ગુગળી રસી વહેવી એ આ રોગની નિશાની છે. ધાત એ રસ્તેથી વહે છે, સંબંધ માર્ગમાંથી અને ગર્ભસ્થાનમાંથી. સંબંધ માર્ગની ધાત પહેલાં પાણી જેવી હોય અને બહાર આવતાં તેનો રંગ દુધ જેવો અથવા પીળાશપર હોય છે. વાસ ખાટો હોય છે. અને ઉગ્ર હોવાથી વખતે તેના સ્પર્શથી સુંવાળા ભાગોમાં લાલાશ, અગન, તથા ચળ ઉપડી આવે છે. આ પ્રકારના ધાતુશ્રાવમાં અંદરના અવયવમાં સોજો કે કાંઈ દરદ હોતું નથી, માત્ર કમરમાં તથા પેડુંમાં પીડા અને લાંબે દહાડે નબળાઈ માલમ પડે છે. ગર્ભસ્થાનની ધાત ગર્ભાશયના મ્હોંમાંથી નિકળે છે ત્યારે તે ઈંડાની અંદરના રસ જેવી હોય છે, પણ બહાર આવતાં સાબુના ફીણ જેવી અને વખતે પીળા

રંગની હોય છે, વખતે બહુ ઘાટી હોય છે. ગર્ભસ્થાન અને કમળ મુખના સોજાથી આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. માથામાં પીડા, મંદાગ્નિ, અરૂચી, પેટમાં વાયુ, થાક, શ્વાસ, જીભ ઉપર મેલ, ફિકાશ, ઝાડાનો કબજો, છાતીમાં ફડક, ફેર, મુર્છા, વાંસામાં તથા જમણા પડખામાં દરદ, અને વખતે હિસ્ટરીઆના જેવાં ચિન્હો થઈ આવે છે.

ઉપાય—પ્રસવદ્વારના શ્રાવમાં બહારના ઉપચારો તુરત અસર કરે છે. અને ગર્ભાશયના ધાતુશ્રાવમાં પૈષ્ટિક ઓષધો તથા નિયમીત અહાર વિહારથી આરામ થઈ શકે છે.

બહારના ઉપચારો—(૧) પંચવલ્કના પાણીથી ધોવા અથવા તેની પિચકારી લેવી. (ફિમેલ ગ્લાસસીરીંઝ) (૨) ત્રિફ-ળાના પાણી કે ઉકાળાની પિચકારી લેવી. ૩ ફુલાવેલ ફટકડી ૧૦ થી ૪૦ ગ્રેન ૪૦ આઉંસ પાણીમાં મેળવી તેની પીચકારી લેવી.

પ્રદર રોગ ઉપર પરચુરણ ઉપાય—અરડુસો, દારૂ હળદર, કરિયાતું, ભીલામાં, નાગરમોથ, રસાંજન, બાળબીલું, એના ઉકાળામાં મધ નાંખી પીવું. (૨) ઉંદરની લીડીઓનું ૩ માસા ચુર્ણ ગાયના દૂધમાં આપવું. (૩) ખરસેણીના પાનનું ચુર્ણ આપવું. એટલે શુળ યુક્ત પ્રદર બંધ થાય છે. (૪) સાકર, જીરૂં, એનું ચુર્ણ કરી ચોખાના ધોણમાં આપવું. (૫) ધોળી કરેણની કળીઓ ઘીમાં તળીને આપવી. (૬) દાભડાનું મુળ ચોખાના ધોણમાં વાટીને આપવું. (૭) કળથીઓ ગુંદર રાતે પાણીમાં પલાળી બીજે દિવસે સવારમાં ખાંડ નાંખી આપવો એ ઉપર પથ્ય દહીં, ભાત. ત્રણ દિવસ આનું સેવન કરવાથી ચાહ્ય તેવું પ્રદર પડતું બંધ થાય છે. (૮) પાકેલું કેળું આંબળાના રસમાં ખાંડ સાથે

મેળવી આપવું. (૯) તાંદલજાનું મુળ, રસાંજન, ચોખાના ધોણ સાથે મધમાં આપવું. (૧૦) પીપળાનું બી, હરણીનું શીંગડું, છાશમાં ઘસી મધમાં આપવું.

આર્ત્તવ સંબંધી દરદો—કાચી ઉમરની છોડીઓને પૂરી અવસ્થામાં આવ્યા પહેલાં, અથવા શરીરની તંદુરસ્તી સારી ન હોય એવા સમયમાં સંસારમાં નાંખવાથી આર્ત્તવ (ઋતુ) સંબંધી કંટાળા ભરેલા રોગો લાગુ પડે છે. ૧. રજ:સ્વલા થતી વખતે જે સંભાળ રાખવી જોઇએ તે રખાતી ન હોવાને લીધે, એટલે ઠંડી હવા, ભેજવાળી જગ્યામાં રહેવાથી, ટાઢા પાણીથી ન્હાવાથી તથા ભીનાં કપડાં પહેરી ઘણો વખત ઉભા રહેથી, ભારે ખોરાક, ઘણો શ્રમ, ભય, ગુસ્સો, વિગેરે કારણોને લીધે આ દરદ લાગુ પડે છે ૨. ઢોંગી, ધુતારા, અનાચારી, વૈદ્યકમાં કાંઈ ન સમજતા છતા પોતાની દુષ્ટ લાલસા તૃપ્ત કરવા સ્ત્રીઓનાં દરદો મટાડવાનો આડંબર કરી ભોળી રોગી સ્ત્રીઓને ફસાવે છે, આથી દસ્તાનના રોગ વધે છે ૩. સ્ત્રીઓ ખાનગી દરદોમાં કેટલીક અજ્ઞાન દાયણો વા ખાનગી વૈદ્યોના હાથના ઉપાયો કરે છે, તેથી. ૪. સંસારની વાતો કાચીવયમાં સાંભળવાથી અપકવ સ્થિતિમાં ગર્ભસ્થાન ઉશ્કેરાઇ રજ:સ્વલા વહેલુ આવવાથી આ રોગ થાય છે. ૫. ગર્ભસ્થાનની કાઇપણ વિકૃતિ આર્ત્તવ રોગનું કારણ થાય છે.

આર્ત્તવ રોગના પ્રકાર તથા લક્ષણો—(૧) નસ્ટાર્ત્તવ એટલે રજસ્વલા ધર્મ બંધ પડવો. (૨) પિડીતાર્ત્તવ એટલે દસ્તાન પીડા સાથે આવવું. (૩) અત્યાર્ત્તવ એટલે દસ્તાન જોઇએ તેથી વધારે નીકળવું.

૧. નરસ્ટાર્તવ--કારણ-અવયવની સ્વાભાવિક ખામી, સ્ત્રી અંડની અલ્પતા અથવા ન હોવું, પ્રસવદ્વારનો સંકોચ અથવા પ્રતિબંધ, ગર્ભાશય મુખનું બંધ હોવું, વિગેરે કારણોથી દસ્તાન પેદા થતું નથી, અથવા પેદા થાય છે તો પ્રતિબંધને લીધે બહાર દેખાતું નથી. ઘણો એશઆરામ, આળસ, ઘણી ઉંઘ, ખરાબ હવા, અને ભેજવાળું ઘર એ પણ આર્ત્તવ રેાગનાં કારણો છે.

લક્ષણ--દરમાસે ઋતુ સમયે દસ્તાન બહાર આવવાનો યત્ન કરે છે પણ બહાર પડી શકે નહીં તેથી પેડુ, કમર, તથા સાથળોમાં દરદ, શરીરમાં ધ્રુજ, ગળામાં ગાંઠો, નાક અને મ્હોંમાંથી લોહીનો રસ્તો, હિસ્ટરીઆ, છાતીમાં ગભરામણ, દમ, મંદાગ્નિ, ઝાડાનો કબજો, પ્રદર.

ઉપાય--(૧) કોઇ અવયવની સ્વાભાવિક ખોડ ખામી હોય તો તેનો તપાસ કરાવી ઉપાય કરવા. (૨) દસ્તનો કબજો રહેતો હોય તો દસ્ત સાફ આવે એવી દવા લેવી. (૩) ગરમ પાણીની પિચકારી લેવી, ગરમ પાણીમાં બેસવું, અથવા પેડુ ઉપર ગરમ પાણીનો શેક કરવો. (૪) એળીઓ તથા હીરાબોળની સોગઠી પે'રવી. (૫) એળીઓ, લોહ કુંવાર, ગુગળ વિગેરે દવાઓ દસ્તાનના દોષોને મટાડે છે, માટે તે એકલી અગર બીજી દવાઓની સાથે લેવી. (૬) એળીઓ ૪ તોલા, હીરાબોળ ૨ તોલા, ગુલકંદ ૫ તોલા તે સર્વ મેળવી લેવું

૨. ગર્ભાશયનો સોજો--સુવાવડની વિકૃતિમાંથી ગર્ભાશય સુજી આવી તેમાં બહુ પીડા થઇ તાવ તથા ઝાડાનો કબજો થાય છે. ઋતુ તથા પ્રદર બહુ જાય છે. આ દરદવાળી સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહી શકતો નથી. સોજો ઘણા વખતનો જુનો થયા પછી તેમાં

મસા, રસોલી, વિગેરે ગાંઠો બાઝે છે. અને દસ્તાન ઘણુંજ પડે છે.

ઉપાય--(૧) સોજાના સર્વ ઉપાયો કરવા, જુલાબ લેવો, શેક કરવા. (૨) ગરમ પાણીની પિચકારી લેવી. (૩) પેડુ ઉપર અળશીની પોટીસ મારવી અથવા ગર્ભાશયના મ્હોં ઉપર થોડી જળો મુકાવવી. ૪ સંસાર સુખથી વિરક્ત રહેવું, અને ખોરાક સાદો તથા હલકો લેવો. લાંબા વખતનો સોજો મટવો મુશ્કેલછે માટે અનુભવી કુશળ વૈદ્યના ઉપચારથી આરામ થાય છે.

૩. ગર્ભાશયનો જખમ—ગર્ભાશય ઉપર કોઈવાર ઘારૂં પડે છે તેથી રક્તશ્રાવ થાય છે. આ દરદને લીધે પણ દસ્તાન અનિયમીત તથા ઘણું આવે છે. કમરમાં ત્રાસદાયક પીડા થાય છે, ધાત જાય છે, અને રક્ત શ્રાવ થાય છે.

ઉપાય—વ્રણના ઉપાય કરવા, પંચવલ્કની અથવા ત્રિફળા અને માયાના પાણીની પિચકારી મારવી. (૨) ફટકડી અથવા જસતના પાણીની પિચકારી મારવી.

૪. પીડીતાર્ત્તવ—શારીરિક તથા માનસિક નાજુકાઈ, ગર્ભ-સ્થાનનો સોજો અને ઋતુઃ શ્રાવના પ્રતિબંધ થવાનું કાંઇ ખાસ કારણ એ આ દરદના ખાસ કારણો છે. ગર્ભાશયમાં લોહીનો જમાવ થવાથી પણ આ રોગ થાય છે.

લક્ષણ—રજસ્વલા થયા પહેલાં એકાદ દિવસ અગાઉથી દરદ થવા માંડે, કેડમાં સુળ, માથામાં સણકા, પેડુમાં ગાંઠ દેખાવવી, ઋતુશ્રાવ વધતો કે ઓછો થાય, બંધ પડે ને વળી આવે, અને સાથે દરદ પણ ઓછું વત્તું થાય, હિસ્ટરીઆ, ઓડકાર, તથા ઝાડાનો કબજો આ સઘળા આ દરદના લક્ષણો છે. ગર્ભાશયનું

મ્હોં બંધ પડવાથી અથવા અંદરનો રસ્તો સંકોચાઈ જવાથી ઋતુનો અટકાવ થાય છે.

ઉપાય—૧ ઋતુશ્રાવ વખતે થતી વેદના માટે ૨ ગ્રેન અફીણ તથા ૪ ગ્રેન કપુરની ૬ ગોળીઓ કરી, એકેક બબે ગોળ ત્રણ ત્રણ કલાકે ખાવી. ૨ અફીણની સાથે ટંકણ મેળવી તેની ગોળી બનાવી ખાવાથી પણ આર્ત્તવ રોગને માટે સારો ફાયદો કરે છે.

૩. **ઋતુશ્રાવ વધુ થવો**—ઋતુશ્રાવ દરમાસે વખતસર આવવાને બદલે થોડી મુદતે આવે, જોઇએ તે કરતાં વધારે શ્રાવ થાય. દરમાસે ત્રણ કે ચાર દિવસ રજો દર્શન થવું જોઇએ. તેના કરતાં વધારે દિવસ જણાય.

કારણો:—ગરમ ખોરાકના સેવનથી, ગર્ભાશયની અંદર મસા હોવાથી, ગર્ભાશયના ખસી જવાથી, ગર્ભઅંડ અને ગર્ભાશયના મુખના સોજાનું દબાણ થવાથી, ગર્ભ ધારણ પછી ગર્ભ સુકાવાથી, અથવા સુવાવડ પછી ઓરતો ભાગ રહી જવાથી, સંસાર સુખનો અતિયોગ તથા હિનયોગ.

લક્ષણ—ઋતુ થોડે થોડે આવ્યા કરે અથવા એક સરખું પુર ચાલીને પાછું બંધ પડે, શરીર ખાલી પડે, ફીકું પડે, શ્વાસ, વખતે થોથર, ઉલટી, મંદાગ્નિ, મનની વ્યાકુળતા, અથવા ઝાડાનો કબજો.

૪. **રક્તપ્રદર**-(લોહીવા)—ઘણીવાર સ્ત્રીઓને શ્વેત પ્રદરને બદલે લોહીનો શ્રાવ કે પ્રવાહ થાય છે. આ રોગના ઉપાયો શ્વેત પ્રદર ધુપણી પ્રમાણે અથવા રક્તપીત્તના પ્રમાણે કરવા. રક્તપ્રદર તથા અત્યાર્ત્તવ એ બંને ગર્ભાશય સંબંધી રોગ હોવાથી બંનેને માટે એક સરખા ઉપાયો કરવાથી ફાયદો થાય છે.

૫. **મુત્રમાર્ગનો સોજો**—મુત્રમાર્ગમાં દાહ સાથે સોજો થાય છે. પ્રમેહના રોગથી અથવા ગરમ પદાર્થો ખાવાથી, દારૂ પીવાથી, મલીનતાથી, અને સંસારના ભોગવિલાસમાં હદ નહીં રાખવાથી આ રોગ થાય છે.

લક્ષણ—ઉનવા, દાહ, ચળ, કમળ, તથા જાંગમાં દરદ, ઝાડો ઉતરતા દરદ. અંદર પ્રથમ સોજો, અને પછી પરૂ જેવી રસી આવવા માંડે, જીર્ણ થયા પછી આ દરદ પ્રદરનું રૂપ પકડે છે.

ઉપાય—૧ અફીણના ડોડા તથા સોડા નાખી ઉકાળેલા ગરમ પાણીમાં બેસવું. ૨ ગરમપાણીની પિચકારી લેવી. ૩. અફીણ તથા સ્યુગરલેડ બબ્બે વાલ કોકમના તેલમાં મેળવી તેની ચાર સોગઠી કરી એકેક પેરવી.

૬. **ગર્ભાશય ગ્રંથી**—ગર્ભાશયમાં ગાંઠ થાય છે. આ ગાંઠ નાની સોપારીના પ્રમાણથી વધીને વખતે ગર્ભમાં વધતા બાળક જેવડી મોટી થાય છે. ગાંઠ નાની હોય તો બહુ ઈજા કરતી નથી. પણ મોટી હોય તો ગર્ભશયમાંથી પ્રદર જેવો શ્રાવ થાય છે. તેને અટકવવાનો ઉપાય કરવો. ગર્ભાશયની અંદરની ગાંઠ મટવી મુશ્કેલ છે. જો મસા હોય તોપણ ગર્ભાશયમાંથી રક્તશ્રાવ થાય કરે છે. મસા બહાર આવેલા હોય તો કાતરથી કાપી કાઢવો. અથવા દોરો બાંધવો એટલે ખરી પડશે. મસા ગર્ભાશયની અંદર હોય તો વાદળી મુકીને કમળનું મ્હોં પહોળું કરીને પછી વળ અથવા ફાંસો દઈ મસાને તોડી નાખવો.

૭. **શરીરે ફુલી જવું**—ઋતુના દોષથી શ્રાવ થવો બંધ પડી એકઠો થાય છે. આથી સ્ત્રીઓના પેટ તથા પેડુ ફુલી જાય છે. આવી સ્ત્રીઓને ગર્ભ રહેતો નથી કેટલીક સ્ત્રીઓને એકાદ

સંતાન થયા પછી આ રોગ થવાથી ગર્ભાધાન થતું અટકે છે.

ઉપાય—સ્ત્રીઓએ ઓછો, સાદો, અને હલકો ખોરાક ખાવો અને મહેનતનું કામ કરવું. તેમજ શરીરની ચરબી ઓછી થાય એવા ઉપાયો યોજવા. વખતસર ઝાડો સાફ થાય એવી દવાઓ કરવી જેથી કોઠો હમેશ સાફ રહે. તથા ઋતુશ્રાવ નિયમસર થાય તેવા ઉપાયો કરવા આથી પેડુનો જમાવ નરમ પડશે. અને જામેલું લોહી ઉપર ખેંચાઇ ગર્ભાશય મોકળું થશે. યોગરાજ ગુગળના સેવનથી વાયુ તથા મેદ ઓછો થાય છે. તેમજ ગર્ભાશયના વિકારો પણ દુર થાય છે. ત્રિફળાનો ઉકાળો મધ નાખી પીવો. ગરમ પાણી ઠારી તેમાં મધ નાખી દરરોજ પીવું. ઉનાપાણીમાં રાઇ નાખી પગ બોળવા, કમર ઉપર શેક કરવો આથી ઋતુશ્રાવ નિયમીત થઇ ગર્ભાશય શુદ્ધ થાય છે.

૮. **સ્ત્રીઅંડનો સોજો—ચિન્હો** પુરૂષોને વિર્ય ઉત્પન્ન કરવા વૃશણની બે ગોળીઓ હોય છે તેવી રીતે સ્ત્રીઓને પણ રજ ઉત્પન્ન કરનાર પેડુની બે બાજુમાં બે અંડ હોય છે. તેના ઉપર સોજો આવવાથી જે અંડ ઉપર સોજો હોય છે તે ઉપર દાબવાથી ગાંઠ જેવું લાગે છે. અને દરદ થાય છે ને વખતોવખત તે બાજુમાં ચસ્કા આવે છે. ઝાડો ઉતરતાં દરદ થાય છે. પેશાબ લાલ થાય છે. તાવ, મ્હોંની મોળ, વમન તથા પેટમાં વાયુ થાય છે. આ સુઝેલો અંડ પાકે છે એટલે પરૂ વહે છે.

ઉપાયઃ—દરદવાળા ભાગમાં પેડુ ઉપર શેક કરવો. તથા પોટીસો મારવી. ગરમ પાણીમાં બેસવું. પેટ તથા પેડુ ઉપર ફ્લાનલ વા ગરમ લુગડું વીંટી રાખવું. ટાઢા પાણીથી નહાવું નહીં.

૯. **ગર્ભાશય ભ્રંશ**—આંબળની પેઠે ગર્ભાશય પણ હેઠું

ઉતરી બહાર આવે છે. આ દરદ મોટી ઉમરની સ્ત્રીઓને થાય છે. વારંવાર પ્રસવ થવાને લીધે પ્રસવ દ્વાર મોટું થવાથી ગર્ભાશય સુજી જવાથી, તેમાં ગાંઠો થવાથી, કરાંજવાથી, ગર્ભસ્થાન તથા યોનિબંધનો ઢીલાં થવાથી ગર્ભાશય હેઠે ઉતરે છે. આંબળની પેઠે તેને દાબીને ઉપર ચઢાવવું. સ્ત્રીએ પથારીની બહાર જવું નહીં, ઠંડા પાણીમાં એસવું બંધનો કઠણ થઈ ગર્ભાશય નીચે ઉતરી ન શકે તેવા તથા શક્તિ આવે એવા ઔષધોનું સેવન કરવું.

૧૦. **હિસ્ટીરીઆ**—આ એક માનસિક રોગ છે અને માનસિક નબળાઇ જેમ શારીરિક નબળાઇમાંથી જન્મ પામે છે. તેમ મગજના વિકારોની શરીર ઉપર ઘણી ખરાબ અસર થાય છે. હિસ્ટીઆનો રોગ વિશેષ કરીને સ્ત્રીઓને અને નબળા મનના પુરૂષોને પણ લાગુ પડે છે. અજ્ઞાન લોકો આ દરદને ઝોડઝપટ—ભુતપ્રેતનો સંચાર ઠોકી એસાડી તેમાંથી મુક્ત થવા મૂર્ખાઇ ભરેલા ઉપાયો કરે છે.

કારણો:—ગર્ભાશયના વ્યાધિ, આર્ત્તવદોષ, મગજની નબળાઇ, ભય, શોક, ખેદ, કામવિકાર, હાથરસ, અતિવિષયાશક્તિ, એવા બીજા અનેક કારણોથી આ દરદની ઉત્પત્તિ થાય છે. નબળાઇમાં ઉછરેલી નાની છોડીઓનું મન પ્યારની અને વિષયની વાતો સાંભળીને તરેહવાર તરંગોથી ઉશ્કેરાય છે. કામવિકારમાં તૃપ્તી ન થવાથી, પુરૂષ સાથેના અણબનાવથી અપ્રીતિથી અને દસ્તાનમાં જંતુ પડવાથી પણ આ રોગ થાય છે.

ચિન્હો:—ખેંચતાણ, હસવું, રોવું, ધુણવું, બુમો પાડવી, ગાળો દેવી અવાચક થઈ જવું, ઉલટી, ઓહિયાં ઓહિયાં જેવા અવાજ થવા આ તેનાં સામાન્ય ચિન્હો છે. હિસ્ટીરીઆ વાળી

સ્ત્રીના બધાં ચિન્હો વા બકવાદ અજ્ઞાન લોકોના ભુતના સંચાર જેવાંજ હોય છે. આ રોગ ઘણોજ ત્રાસદાયક છે. અને ઘણી વખત રોગીને ફરીયાદ કે દરદનું કશુ કારણ હોતું નથી. તેના માટે તે ઘણીજ બૂમો પાડે છે. જેમકે શરીરમાં બળતરા નહીં છતાં બળું છું, બળું છું કરીને પાણી માગે છે. તેને ખોટી વાસ આવે છે. જીભ બેસ્વાદ બને છે. ગોળો ચડે છે. અને તે ગોળો ગળા સુધી ભરાઇ જાણે હમણાં પ્રાણ નીકળી પડશે એટલું જોર કરે છે. શરીરે ગોટલાં ચડે છે, દાંત જડાઇ જાય છે. સાદ બેશી જાય છે. પેટ મોટું થાય છે, અને સગર્ભા હોય એવું લાગે છે.

ઉપાયઃ—આ દરદને માટે ચોકસ એક પણ ઔષધ નથી. માટે રોગ થવાનું મુળ કારણ શોધી કાઢી તેનો ઉપાય કરવો. આ કારણ શોધવા માટે હિસ્ટીરીઆવાળા દરદીના સ્વભાવ અને સહવાસથી જાણીતા માણસથી તેની સંસારિક સ્થિતિની સર્વ માહીતી મેળવવી જોઇએ એટલું જ નહીં પણ તેની કેટલીક ખાનગી વર્ત્તણુક અને વ્યસનોની ટેવ પણ જાણવી જોઇએ. સ્ત્રીઓને આ દરદ વિશેષ કરીને ઋતુ સંબંધી વિકારને લીધે થાય છે માટે ઋતુ સંબંધી કાંઈ પણું ફરીયાદ હોય તો તે દુર કરવાના ઉપાયો કરવા. આ દરદવાળી સ્ત્રીનું મન કોઇપણ રીતે ઉશ્કેરાઇ ન જાય, ને તે હમેશાં પ્રસન્ન રહે તેમ કરવું. અને તેના પ્રત્યે સારી પ્રિતી બતાવવી. હિસ્ટીઆના આવેશ વખતે કરવાના તાત્કાલીક ઉપચારોઃ—૧. મ્હોં ઉપર ટાઢું પાણી છાંટવું અને નાક આગળ આમોનિયા કે બીજું ઉગ્ર નસ્ય ધરી જાગૃતિ આવે એવા ઉપાય કરવા. ૨. હાથ પગનાં તળીઆં સારી રીતે ઘસવાં. ૩. બેશુદ્ધિ આવ્યા વગર વાયુનો ગોળો ઉપડયો હોય તો હિંગ

ગળાવવી. અને દસ્તનો ખુલાસો થાય તેવી દવા આપવી. અનુભવી કુશળ વૈદ્યની ઔષધ સેવનથી તેમ સારવારથી આરામ થાય છે.

ગર્ભોત્પાદક ઉપચારો.

જીજ્ઞાસુએ આ સંબંધમાં વિસ્તારથી લખાએલ વૈદ્યક ગ્રંથો જોવા તથા જરૂર જણાયે માનવંતા વૈદ્યોની સલાહ પ્રમાણે કામ લેવું. પ્રથમ ગર્ભાશયની શુદ્ધિ કરીને ગર્ભ ધારણમાં ગદદ કરે એવા ઉપચારો કરવા.

૧ **ફળધૃત**—હરડા બેડા, આંબળાં, જેઠીમધ, ઉપલેટ હળદર, દારૂહળદર, કડું, વાવડીંગ, પીંપર, મોથ, ઇન્દ્રવારૂણીનું મૂળ, કાયફળ, વજ, મેદા, શતાવરી, કાંકોલી બમણા વજને આસંન, ધોળી ઉપલસરી, કાળી ઉપલસરી, ધઉંલા, વરીઆળી, હિંગ, રાસ્ના, ધોળી સુખડ, રાતી સુખડ, જાઇનાં ફુલ, વાંસકપુર, કમળ, સાકર, અજમોદ, વાતીસુળ, આ ત્રીશ વસ્તુઓ અકેક તોલો તેને પાણીમાં વાટી ચટણી કરવી. પછી વાછડાવાળી ગાયનું ઘી ૬૪ તોલા અને ઘીથી ચારગણું ગાયનું દૂધ અને દૂધ જેટલુંજ પાણી એ સર્વ એકત્ર કરી ઉકાળી ઘી તૈયાર કરવું. આ ઘી પુરૂષ તથા સ્ત્રીઓએ સેવવા લાયક છે. તેમાંથી પુરૂષત્વ પ્રાપ્ત થાય છે. અને સ્ત્રીઓનો વંધ્યા દોષ દુર થઇ સંતાનની પ્રાપ્તી થાય છે. જે સ્ત્રીઓને મરેલાં છોકરાં અવતરે છે અથવા જન્મ્યા પછી જીવતાં નથી તે સ્ત્રીઓ આ ઘીનું સેવન કરે તો તેમના સર્વ રોગ દુર થઇ નિરોગી બાળક અવતરે છે

૨ **યોગરાજ ગુગળ:**—સુંઠ, પીપર, ચવક, પીંપરીમુળ, ચિત્રાનાં મુળ, શેકેલી હિંગ, અજમો, ધોળા સરસવ, જીરૂં, શાહજીરૂં, નગોડનાં બી, ઇંદ્રજવ, કાળી પાટ, વાવડીંગ, ગજપીપર, કડુ, અતિવિષની કળી, ભારગમુળ, વજ, મોરવેલ, એ વીશ વસ્તુઓ પાવલી પાવલી ભાર હરડાં, બેડા, તથા આંબળાં એ ત્રણે મળીને ૧૦ તોલાભાર અને સર્વની બરાબર એટલે ૧૫ રૂપિઆભાર શુદ્ધ ચોખો ગુગળ. ગુગળનો ઘીમાં કરમો દેતાં જવું ને ચુર્ણ કરતાં જવું. જે ચુર્ણ થાય તે યોગરાજ ગુગળ. સર્વ વાતરોગ, સર્વ પ્રકારના કુષ્ટ (ચામડીના રોગ) વાતરક્ત, શ્વાસ, સુળ, નેત્ર રોગ, સ્ત્રીઓના આર્તવ દોષો, વંધ્યા દોષ, હાડકાંનો સડો, દુષ્ટવ્રણ, ભગંદર, વિગેરે દરદોમાં ઉપકારી છે.

૩. અડદ, તલ, દહીં, ખાટી છાશ, કુંવાર, ગુગળ, વિગેરે વસ્તુઓના સેવનથી ઋતુ પ્રાપ્ત થાય છે. ૪. માલકાકણીના પાન, સાજીખાર, વજ તથા બીબલો તેને વાંટીને પીવાથી ઋતુ ઉત્પન્ન થશે. ૫. બલદાણા અને જેઠીમધ, ખપાટ, વડવાઇના કુમળાંછડો, નાગકેશર તથા સાકર મધ, દૂધ તથા ઘીમાં પીવાં. ૬. ધોળી રીંગણીનું મુળ દૂધમાં વાટીને પીવું. ૭. પીળાં ફુલના કાંટા, શેરિઆનાં મુળ, ધાવડીનાં ફુલ, વડવાઇ, કાળુ કમળ તેને વાટી દુધમાં પીવાં. ૮. ખાખરાનું પાન દૂધમાં વાટીને પીવું.

ઋતુસ્નાન કર્યા પછી ૧ થી ૮ રોજ સુધી ઉપાયો કરીને ગર્ભાધાન કરવું.

૯. બીજોરાના બીને કુંવારના ગર્ભ સાથે વાટવા અને તેને દૂધ સાથે સ્ત્રીને પાવાં તેથી નિશ્ચય ગર્ભ રહે છે. ૧૦.

પીપર, આદુ, મરી, કેશર, એ ઔષધોના ચુર્ણને ઘી સાથે ચાટવું. ૧૧. દૂધ સાથે લસણ પીવું અથવા આસનનું ચુર્ણ બકરીના દૂધ સાથે ખાવું. તેથી ગર્ભ રહે છે. ૧૨. જવખાર, વાવડીંગ, મળેા, રેણુક, એ સર્વ સમભાગે લઇને તેનું બારીક ચુર્ણ કરવું. એ સઘળું પાણી સાથે પીવું. ૧૩. હિંગ, ધેાળી દુર્વા, દાડમ, સિંધવ, સુંઠ, પીપર, મરી, સવા, નાગકેશર, સતાવરી, જેઠીમધ, કરંજી, એ સઘળા અકેક તેાલેા લઇને તેનું ચુર્ણ સ્ત્રીને તથા પુરૂષને ત્રણ ત્રણ દહાડા સુધી દૂધ સાથે પાવું. દૂધ અને સાળના ચેાખા ખાવા. એથી ગર્ભ રહે છે. ૧૪. આકડાનું મુળ, કાંગ, કસુંબાનાં બીજ, નાગકેશર, બળબીજ, અતિબળ એ સર્વનું ચુર્ણ બકરીના દૂધ સાથે ત્રણ દહાડા પીવાથી યેાનિ શુદ્ધ થાય છે. તે થયા પછી, કમળ, તગર, ઉપલેા, જેઠીમધ, ચંદન, આ સર્વને બકરીના દૂધમાં વાટીને પાંચ દિવસ પાવું તેથી ગર્ભ રહે છે. ૧૫. લક્ષમણના મુળને ગાયના દૂધ સાથે સ્ત્રીને પાવું. ૧૬. બીજોરાનાં બીજ કાઢીને તેને દૂધમાં રાંધવાં, પછી તેને ઘી સાથે સ્ત્રીને પાવાં એ પીવાથી પણ વાંઝણી સ્ત્રી સગર્ભા થાય છે. ૧૭. ખરેટી, ગંગરેણીની છાલ, મહુડાં, વડની કુપળેા, નાગકેશર એ સર્વ બરાબર લઇને બારીક વાટી ગાયના દૂધમાં નવટાંક મધ નાંખી એ ચુર્ણને રેાજ ૧૫ દિવસ સુધી પીએ તેા વાંઝણી સ્ત્રીને સંતાન થાય છે.

સ્ત્રીને અટકાવ ન આવતેા હેાય તેા—કાળા તલ, સુંઠ, મરી, ભારંગ, ગેાળ એ સર્વેનેા નવટાંક ૧ ભાર એાટાવી તેનેા કઢેા કરી દિવસ ૧૫ પીએ તેા તે સ્ત્રીને સ્ત્રીધર્મ નિશ્ચય આવે,

અને તેને લોહીના ગુલ્મ દુર થઇ સંતાન થાય. અથવા આસનના ઉકાળામાં ગાયનું દૂધ તથા ઘીં મેળવી ઋતુ વખતે સ્ત્રી દિવસ ૫ પીએ તો તે સ્ત્રીને ગર્ભ રહે.

સ્ત્રીઓના ઋતુ દોષમાં હીરાબોળ, હીરાકશી, તથા એળીઓ આ ત્રણ વસ્તુ એકત્ર મેળવી તેની વાલ વાલની ગોળીઓ કરી આપવાથી ઋતુ ઓછું હોય અથવા બંધ હોય અથવા પીડા સાથે આવતું હોય તો તે સર્વ ઋતુદોષને મટાડે છે. અરડુસાનાં પાંદડાં, દારૂહળદર, કરીઆતું, ભીલામાં, રસાજન, નાગરમોથ અને બીલાંનો કવાથ કરી મધથી મીઠો કરીને તે પીવામાં આવે તો સ્ત્રીઓના અનેક પ્રકારના પ્રદર મટી જાય છે. ઉંદરની લીંડીઓ દૂધમાં ઘોળીને પીવામાં આવે તો સ્ત્રીઓના અનેક પ્રકારના પ્રદર રોગો મટી જાય છે.

૩ સગર્ભાવસ્થા વખતે થતાં દરદો.

ગર્ભ ધારણ થયા પછી કેટલાક દરદો થાય છે. જેવાં કે તાવ, ઝાડો, મરડો, વિગેરે. આ સગર્ભાવસ્થા વખતે થતાં દરદો માટે ચતુર વૈદ્ય વા ડૉકટરની સલાહ પ્રમાણે ઔષધોપચાર કરવા. નહીંતો ગર્ભને તેમ ગર્ભણીને નુકશાન થવાનો ભય રહે છે. કુદરતની બલહારીજ છે કે ગર્ભવંતી સ્ત્રીને ભાગ્યેજ કોઇ સખ્ત માંદગી થઈ આવે છે. ને વખતે ગર્ભ ધારણ પહેલાં જે કાંઇ દરદ હોય છે તે સગર્ભાવસ્થામાં દબાઇ જાય છે. જો કે–કુદરતી આ વ્યવસ્થા ગર્ભના રૂક્ષણ અર્થેજ છે. તેથી અવતરણું થયા

પછી પ્રથમના દબાઈ ગયેલા રોગો પાછા ઉપડી આવે છે. વસ્તુતઃ ગર્ભિણીને કાંઇ દરદ થાય તો તે માત્ર સ્ત્રીના પોતાનાજ અનિયમીત અહાર વિહારનું કારણ છે. દૂર્બલ અવસ્થામાં રહેલા અને ઉધરેલ ગર્ભ પણ દૂર્બલ અને અલ્પાયુષિ એટલુંજ નહીં પણ ગર્ભિણીને પ્રસવ સમયે ઘણું દુઃખી થવું પડે છે. વખતે જીવ જોખમમાં આવી પડે છે. માટે દૂર્બલ અને અશક્ત સ્ત્રીએ ગર્ભ રહ્યા પછી ગાય, કે બકરીના દૂધનું સેવન કરવું. આ સર્વોત્તમ ઉપાય છે. તેમજ રૂ. ૧) ભાર જેઠીમધ અથવા સુંઠના ઝીણા કટકાને અર્ધા શેર દૂધ અને અર્ધા શેર પાણીમાં પાણી બળી જતાં સુધી ઉકાળવા, પછી તે દૂધમાં સાકર નાખી પીવું. આવી રીતે ઘણા દિવસ પીવાથી શરીરમાં શક્તિ આવે છે. તાવ, ઉધરસ, વિગેરે ઉપદ્રવ હોય છે, તે પણ મટે છે.

તાવ—જેઠીમધ, રતાંજલી, વાળો, ઉપલટી અને કમળનાં પાંદડાંનો કવાથ કરી તેમાં સાકર તથા મધ નાંખી પીવો. (૨) દ્રાખ તથા ધાણાનું પાણી પાવું.

ઝાડા—(૧) મજીઠ, જેઠીમધ તથા લોદર એ ત્રણેને વાટી તેનું પાણી કરી તેમાં સાકર નાંખી પીવું. (૨) ખસખસ, સાકર, મધમાં ચટાડવું.

ઉલટી—(૧) ધાણાને વાટી ચોખાના ધોણમાં મેળવી તે પાણીમાં સાકર નાંખી પીવું. ખોરાકમાં ફક્ત દૂધ અથવા દૂધની કાંજી કે રાબ આપવી.

અરૂચી—(૧) અજમોદ, સુંઠ, પીપર તથા જીરૂં આ સર્વની ગોળી કરીને આપવી. (૨) વાવડીંગ, વાપુંભાને શેકવા,

સંચલને સવાને કાચા રાખી આ સર્વનું ચુર્ણ કરી સવારમાં ઉના પાણીમાં ફાકી લેવી.

બંધકોશ—ગર્ભણી સ્ત્રીને બંધકોશ વારંવાર થયા કરે છે, પણ રેચક દવાઓ આપવાથી ગર્ભને નુકશાન થાય છે. દૂધનો મહાવરો રાખવાથી મળશુદ્ધિ થાય છે. એરંડીયું દૂધમાં આપવું.

ઉધરસ—બહુફળીનાં મૂળ, બલદાણાનાં મૂળ, અને અરદુસીના પાનનો કવાથ આપવાથી ઉધરસ, કમળો, સોજા, શ્વાસ, કાસ તથા રક્તપિતનાં દરદો મટે છે. (૨) ખેરસાર તથા કાથાની ગોળી આપવાથી ઉધરસ મટે છે. ગર્ભણી સ્ત્રીને માટી ખાવાની ઘણી ખરાબ ટેવ હોય છે. માટે માટી, ઇંટ, ઠીકરાં, કપોડા ન ખાવાં. આ મહા હાની કર્તા છે, માટે આ ચીજ તરફ સમજુ સ્ત્રીએ બિલકુલ ઇચ્છા ન રાખવી.

નવ મહિનાની દવા—જેઠીમધ, જવાસો, ક્ષીરકાંકોલી, ગૈ ીસર એટલી વસ્તુ અકેક રૂપીઆ ભાર લઈ પછી તેને દૂધમાં ઓટાવી એ દૂધને પીધાથી ગર્ભ પુષ્ટ રહે છે. તેમજ સુંઠ, ક્ષીરકાંકોલીને દૂધમાં ઓટાવી પીધાથી અથવા સુંઠ, જેઠીમધ, દેવદાર, ક્ષીરકાંકોલી, કમળકાકડી, મજીઠ, એને પાણીમાં ઉકાળી પાણી સમેત દૂધમાં ઉકાળ્યા પછી જ્યારે પાણી સર્વ બળી જાય ને દૂધ માત્ર રહે ત્યારે આ દૂધને પીએ તો સ્ત્રીનો ગર્ભ પુષ્ટ થઇ નિરોગ રહે. અને એ સ્ત્રીને કોઈ તરેહનો ઉપદ્રવ નહીં થાય.

સંગ્રહણીના ઉપાય—શેકેલા ચોખાના લોટને આંબાની અને જાંબુડાની છાલના ઉકાળામાં લે તો ગર્ભણી સ્ત્રીની સંગ્રહણી જાય છે.

ગર્ભ ઝરતો હોય તો તેને રોકવાના ઉપાય—કમળનું મુળ, કમળની નાળ, (દાંડી) કમળનાં ફુલ, જેઠીમધ, એને દૂધની સાથે ઉકાળી પીએ તો ગર્ભ ઝરતો બંધ થાય છે, અને ગર્ભણી સ્ત્રીની દાહ, મુર્છા, તરસ, ઉલટી, અરૂચિ વિગેરે મટે છે. (૨) ધાણા, એાથમીજીરૂ, સાકર, ઘી તથા બદામનો આથો રાત્રે પાણીમાં રાખી સવારમાં ચટાડવો.

ગર્ભવંતીની ઉલટીનો ઉપાય—ધાણાનો ભૂકો અને સાકર ચોખાના ધોણમાં આપવાં. **ગર્ભવંતી વા સુવાવડીને લોહી ઝરે છે તેનો ઉપાય**—ધાણા, નાગરમોથ, વાળો, ધોળો વાળો, લાજાળું, ગળો, વાવડીંગ, પીત્તપાપડો, ધમાસો એ સર્વેનો ઉકાળો કરી ઠંડો થયા પછી આપવો. એથી લોહી વહેવું, અતિસાર, તાવ વિગેરે રોગોનો નાશ થાય છે.

૪. સુવાવડ પછીના સ્ત્રી રોગો.

કસુવાવડ વા **કસુવાવડના** રહી ગયેલા દોષો જેવા કે-તાવ, ખાંસી, ઝાડો, સોજા, ઉલટી, શુળ, મંદાગ્નિ, અરૂચી, તથા ફિકાશ એ તેનાં લક્ષણો છે. આને સુવારોગ કહે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને અપચો, મોળ, ઉલટી, પેટ ચઢવું, ઝાડો, શુળ, અરૂચિ, ઝાડાનો કબજો, માથામાં દરદ વિગેરે વાયુ પ્રધાન ચિન્હ થાયછે. અને કેટલીક સ્ત્રીઓને શરીરમાં તથા હાથ પગમાં બળતરા, પેશાબમાં બળતરા, ઉનવા, મોં આવી જવું, અવાળું ફુલી જવું, શરીરમાં ફિકાશ, પેટમાં દાહ, અતિ પરસેવો, અને શરીરમાં

ત્રોડ થવી વિગેરે પિત્ત ચિન્હો નજરે પડે છે. આ સિવાય ઋતુ સંબંધી તથા ગર્ભાશય સંબંધી સ્થાનિક વિકારો પણ જણાય છે.

ઉપાય—દેવદારવાદિ કવાથ સુવા રોગમાં ઘણો સારો ફાયદો કરે છે, અને સુવાવડના તમામ વિકારોને તથા દોષોને કાઢી નાંખે છે.

(૧) **દેવદારવાદિ કવાથ**—(૧) દેવદાર, વજ, ઉપલેટ, પીંપર, સુંઠ, કટફળ, મોથ, કરિયાતુ, કડું, ધાણા, હીમેજ, ગજપીંપર, નાની ભોરીંગણી, ગોખરૂ, ધમાસો એ વાર, રાતા ધમાસાને બદલે અતિવિષ, ગળો, કાકડાશીંગી, શાહજીરૂં. એ ૨૦ વસ્તુઓનો કાઢો કરીને પાવો તેથી સુવાવડી સ્ત્રીના પેટમાં શુળ, ખાંસી, તાવ, શ્વાસ, મુર્છા, કંપારો, કંપવાયુ, માથાનું શૂળ, ઝાડો એ સર્વે રોગો મટી જાય છે. (૨) વાયુ ચિન્હો હોય તો સૈાભાગ્ય સુંઠી પાક આપવો. (૩) ધમાસાના પાણીથી ૫-૭ દિવસ ન્હાવું, (૪) સમુદ્રફીણ, અજમો તથા સુંઠ, દુધમાં ખદખદીયું કરી આખા શરીરે ખડ કરવો.

(૫) ઈંદ્રિજવ, ધમાસો, લવીંગ, ગોખરૂ, પીંપરીમુળના ગંઠોડા ને જેઠીમધના મૂળનું ચુર્ણ કરી તેનો ઉકાળો કરી થોડો અજમો નાંખી પાંચ દિવસ પાવો.

(૨) **સૈાભાગ્ય સુંઠી પાક**—ઉંચી સુંઠ, તોલા ૩૨ નું બારીક ચુર્ણ કરી તેના ૩૨ તોલા લઈ ગાયના ઘીનો ધાબો દઇ આઠ શેર ગાયના દૂધમાં નાંખી માવો કરવો; પછી તે માવામાં ઘી નાખતા જવું ને હલાવતા જવું. તેથી છુટો દાણો પડશે. પછી ૮ શેર સાકરની ચાસણી કરી તેમાં ઉપલો દાણો તથા ધાણા

તોલો ૦ા વરીઆળી તોલો ૧ા તેમજ વાવડીંગ, સુંઠ, નાગકેશર, મરી, પીંપર અને મોથ એ દરેક ચાર ચાર તોલા તથા મરજી માફક બદામ, પસ્તાં, ચારોળી, તથા ઉપર ઘી નાંખી પાક કરવો.

પિત્તનાં ચિન્હો હોય તો, જીરાપાક ખવરાવવો.

(૩) **જીરાપાક**—જીરૂં શેર ૧. તેનું ચુર્ણ કરી તેને ચાર શેર દૂધમાં રાંધવું. માવો થયેથી તેમાં ઘી નાંખી માવાને શેકી તેનો દાણો પાડવો. પછી ૨ શેર સાકરની ચાસણી કરી તેમાં તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેશર, પીપર, સુંઠ, જીરૂં, નાગરમોથ, વાળો, દાડમની છાલ, રસાંજન, ધાણા, હળદર, સાલમ, વંસ લોચન, તપખીર એ દરેક બબે તોલા તેનું ચુર્ણ નાંખી પાક કરવો. આ પાક પ્રદર, રક્તપિત્ત, મોઢાનો રોગ, પ્રમેહ, પથરી, જીર્ણજ્વર, દાહ, પીનસ, હરશ વિગેરે રોગની શાન્તિ કરે છે.

(૪) **બત્રીશું**—તપખીર રતલ ૨, વરીઆળી તોલા ૧૦, ધાણા તોલા ૧૦, ધોળો વજ તોલા ૦ાા તે સર્વને ખાંડી ચુર્ણ કરવું. ને ચુર્ણ બરાબર સાકર તથા તેનાં પીંડીઆ વળે તેટલું તાજું ઘી, સાથે બદામ, પીસ્તાં ભેળવવાં. માત્રા ૫ થી ૧૦ તોલા પ્રમાણે લેવી.

(૫) **સુવાવડમાં ખાવાનું કાટલું**—સુંઠ શેર ૦ાા, ગુંદર શેર ૧, મેથી શેર ૦ાા, ચીમેડ શેર ૦ાા, ખસખસ શેર ૦ા, વરીઆળી શેર ૦ા, સુવા શેર ૦ા, ઓથમી જીરૂં રૂ ૫ ભાર, પડવાસ રૂ. ૧ ભાર, ધાવડીનાં ફુલ રૂ. ૧ ભાર, ગોખરૂ રૂ. ૨ ભાર, અહોદ રૂ. ૨ ભાર, બળદાણા રૂ. ૫ ભાર, કવચા રૂ. ૨ ભાર,

પાનની જડ રૂ. ૧ ભાર, જાયફળ રૂ ૧ ભાર, નાગકેશર રૂ. ૧ ભાર, સતાવરી રૂ. ૧ ભાર, પીપરીમુળ રૂ. ૧ ભાર, તજ રૂ. ૨ાા ભાર, લીંડીપીપર રૂ. ૧ ભાર, વાવડીંગ રૂ. ૫ ભાર, અકલકરો રૂ. ૧ ભાર, તેજબળ રૂ. ૧ ભાર, તમાલપત્ર રૂ. ૨ાા ભાર, કાળીમુસળી રૂ. ૧ ભાર, ધોળીમુસળી, રૂ. ૧ ભાર, વાપુંભા. રૂ. ૨ાા ભાર, તીખાં મરી રૂ. ૫ ભાર, એખરો રૂ. ૨ાા ભાર, રામપત્રી રૂ. ૧ ભાર, નરનાંડી રૂ. ૧ ભાર, ઉપર લખેલી જણસો લઈ તેમાં સાકર ઘી નાખી પાક કરવો. તેના લાડવા વાળવા.

સુવા રોગ ઉપર દશમુળનો કવાથ—બિલીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, હીરવાનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, બેઠી ભોરીંગણીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, કહોદરનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, પરમોદીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, ગોખરૂનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, અરણીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, પીલુડીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, માદલીઆનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, ઉભી ભોરીંગણીનું મુળ રૂ. ૧ ભાર, આનો કવાથ કરી પાવો.

ગર્ભશ્રાવ, ગર્ભપાત, કસુવાવડ.

ચોથા મહિના પહેલાં ગર્ભનો નાશ થાય તો તે ગર્ભાશ્રાવ અને ચોથા મહિના પછી અને પ્રસવની પુરી અવધી દરમ્યાન ગર્ભનો નાશ થાય તો તે ગર્ભપાત—કસુવાવડ કહેવાય છે. જુવાન સ્ત્રીઓને આ ગર્ભશ્રાવ વા ગર્ભપાત થવાનો વધારે સંભવ છે; આ દરદની ટેવ પડે છે તો સ્ત્રીનો જન્મ ધુળ મળી જાય છે. ગર્ભપતન સ્ત્રી જાતી માટે એક ખરેખર ઘાત અને ભારે ત્રાસ-

દાયક સંકટ છે. માટે આથી બચવા માટે આ વિષયનું પુરતું જ્ઞાન મેળવવું જરૂરનું છે. ગર્ભપાત પ્રસવ કરતાં પણ અતિશય દુઃખ ભર્યું, ભય ભર્યું, શરીરના બાંધાને તોડી નાખનાર તેમ સંતાનનું મુખ જોવાને અભાગણી બનાવનાર રોગ છે.

ચિન્હો—જે સ્ત્રીને કસુવાવડ થવાની હોય છે તે એક બે દીવસ અગાઉ સુસ્ત-ઉદાસ બને છે, સાથળો, કેડ તેમ પેઢામાં અશક્તિ-બેચેની જણાય છે. આ વખતે કુશળ વૈદ્ય ઘણે ભાગે કસુવાવડનો ભય દુર કરી શકે છે. આ ચિન્હો વગર ધ્યાન આપે તેમ રોકવા પ્રયત્ન કર્યા સિવાય ચાલુ રહેવા દીધા હોય તો એક બે દીવસ પછી રક્તનો સહેજ શ્રાવ થતો જણાશે; આ દેખાયા પછી તુરતજ શ્રાવનું પ્રમાણુ ઘણું વધે છે ને પછી ગાંઠા ગાંઠા વાળો શ્રાવ થાય છે. આજ વખતે બીચારી સ્ત્રીને કસુવાવડ થવાની ખરી ખબર પડે છે. આ વખતે જરા કષ્ટ પણુ થાય છે, તથાપિ કુશળ વૈદ્યક ઔષધોપચારથી વખતે તે ટાળી પણુ શકાય છે, તથાપિ ટાળી શકાય તેમ ન હોય તો પણુ કસુવાવડ વખતે કુશળ સુયાણીની સારવાર તેમ ચતુર વૈદક સલાહથી ભાવી આપદા, કષ્ટ, તેમ ભવિષ્યમાં કસુવાવડ થવા ન પામે તેટલા પુરતો તો લાભ જરૂર થવાનોજ. કસુવાવડ થવાનો વખત નજીક આવતો જશે તેમ તેમ તેનાં ચિન્હો વધતાં જાય છે. વેણો પ્રથમ સહેજ, રહી રહીને અને થોડીવારે ઘણી ઉગ્ર ચાલુ અને પ્રસવ વખત કરતાં પણુ ઘણીજ ત્રાસ દાયક આવે છે. દરદીને હવે કસુવાવડ જરૂર થવાનીજ કારણુ બાલક હવે માતાના સંબંધથી છુટું પડયું હોય છે.

કસુવાવડનો વખત ઘણે ભાગે ગર્ભ ધારણ પછી ૮ થી ૧૨ માં અઠવાડીયા સુધીમાં હોય છે જો કે આ વખતજ ચોકસ નથી, કારણ આખા ગર્ભાવસ્થાના કોઈ પણ વખતે કસુવાવડ થવાનો સંભવ રહે છે. ૪ થા મહિનાની અંદર થતી કસુવાવડ માટે વધારે ભય રાખવા જેવું નથી. છતાં જો બેદરકારી રાખવામાં આવે તો તે શરીરને ભારે હાનિ કર્તા છે. ચોથા મહિના પછી થતા ગર્ભપાતમાં ભારે ભય તેમ જોખમ હોય છે. કારણ જેમ મહિના વધારે થયા હોય તેમ શ્રાવ વધારે થાય છે. આ વખતે પ્રસવ કરતા પણ વધારે કાળજી તેમ ચતુર સુયાણીની સારવારની ખાસ જરૂર છે. કસુવાવડમાંથી ઘણે ભાગે ૫–૬ દીવસમાં છુટકો થઈ જાય છે.

ઉપાય (૧) ગર્ભવંતી સ્ત્રીએ ત્રીજા માસથી પતિના સહવાસથી દુર રહેવું (૨) રક્તશ્રાવ વા પાતનો અટકાવ કરવાના ઉપાય કરવા. (૩) ઠંડકવાળી જગ્યાએ કઠણ પથારીમાં શાંત સૂવું, શરીરને પરિશ્રમ ન આપવો. રૂ. ૦। ભાર ફુલાવેલ ફટકડી અર્ધો શેર પાણીમાં મેળવી દર ચાર ચાર કલાકે અધેળ પાવું. (૪) કલોરોડાઇનના ૩૦ ટીપાં ૨॥ રૂપીયા ભાર પાણીમાં મેળવી પાવાં, રક્ત પ્રવાહ વધે તો કસુવાવડના ઉપાયો કરવા.

કસુવાવડમાં વેદના બહુ થતી હોય તો જલદી ખુલાસો થવા માટે ઉપાય—સાજીખાર, મીઠું, બાજરીનો લોટ, દૂધ ને ગોળ એને ખદખદાવીને લેપ કરવો (ડુંટી નીચે) એટલે તુરત ખુલાસો થશે.

ઉકાળો—અજમો, સુવાદાણા, જુનો ગોળ શેર ૧ પાણીમાં

તે ૦॥। શેર પાણી બળી જાય અને પાશેર રહે એટલે પી જવું એટલે તરત ખુલાસો થશે. પીને આંટા દેવા.

(૨) આંબા હળદર, કાંટાળું, માયું, વાવડીંગ ને વાપુંભા, અંદરજવ, એ સરખે ભાગે લઈ તેનું ચુર્ણ કરી અરણીના પાંદડાના રસમાં તેની ગોળીઓ વાળવી અને તેને ઘીમાં કકડાવવી તેની સોગઠી પેરવી, ૧ સવાર અને સાંજે. ઉના પાણીએ પ્રસવદ્વાર ધોઈ નાંખવું.

સુવાવડ પછી બાર વાસે કાંઈ ખાધામાં આવ્યું હોય તો તેનો ઉપાયઃ—૦॥ શેર સોપારી, ૦॥ ભાર એળચી, ૦॥ ભાર જાયફળ, ૦॥ ભાર જાવંત્રી, ૦॥ ભાર તજ, ૦॥ ભાર લવીંગ, અને જેઠીમધના મૂળ લાવીને તેને તડકે સુકવીને ખાંડવા અને તે બધાંની ફાકી કરવી ને ખાધા પછી ફાકડો ભરીને ખાઈ જવો, તો વાયુ સંબંધી કાંઈ પણ દરદ હશે તે બધું મટી જશે.

જનમ્યા પછી તરત વાવડીંગ, વાપુંભા, **પીંપરીમૂળના ગંઠોડા,** સંચરની કણી, સુવા એ બધાંની ફાકી કરીને સવારમાં નયણે કોઠે ઉન્હા પાણીમાં ચપટી નાંખી પી જવું. ખાધું પચતું ના હોય તો પચી જશે અને વાયુ હશે તો તે પણ મટશે. સુવાવડ પછી વાયુના ચિન્હ હોય તો અજમો, લસણ અને સુવાની ધુંમાડી લેવી, દરરોજ સવાર ને સાંજ લેવી—૧। મહિના સુધી લેવી.

જે સ્ત્રીઓનો ગર્ભ પડી જતો હોય તેને તાંદુલજાની ભાજીનાં મુળીઆં ચોખાના ધોણમાં વાટીને પાવાં એટલે તેનો ગર્ભ સ્થિર રહેશે. ગર્ભવાળી સ્ત્રીને વારંવાર લોહીનો શ્રવતું હોય તો

તુરત પારેવાંની (કબુતર) ચરક ચોખાના ધોણમાં ઘોળીને પાવામાં આવે તો તે પીડા મટી જાય છે. સાકર, જવનો સાતુ અને તલ એઓનો સમ ભાગ લઇ મધની સાથે ખાવામાં આવે તો ગર્ભ પડી જવાનો ભય રહેતો નથી.

સ્તનનાં દરદો.

સ્તનમાં દૂધની ઉત્પત્તિ થયા પછીજ સ્ત્રી જાતિને સ્તનના રોગો ઘણે ભાગે થવા પામે છે. તે પૂર્વે સ્તનના રોગ ભાગ્યેજ થાય છે. સ્તનના દરદોમાં મુખ્ય નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) દીંટડી ઉપરનો સોજો—બાળકને સ્તનની દીંટડી આખો વખત મ્હોંમાં આપીજ રાખવાની ટેવને લીધે વા બાળક તરફથી આંચકો મારવામાં આવવાથી સ્તનની દીંટડી ઉપર સોજો ચઢી આવે છે.

ઉપાય—૧ બાઇબોરેટ ઓફ સોડા (Biborate of soda ૧ ડ્રામ, સ્ટાર્ચ (Starch) નો ભુકો ડ્રામ, આ બંને ભેગાં કરીને વખતો વખત સોજા વાળી દીંટડી ઉપર એક ચપટી ભભરાવતા રહેવું. ૨. ઝીણો વાટેલો ગમ આરબીક (Gum Arbic) અરધો આઉંસ વાટેલી ફટકડી, પાંચ ગ્રેઈન આ ભેગાં કરી સુજેળી દીંટડી ઉપરના ચીરાડા ઉપર ચપટી ૧ એક ભભરાવતા રહેવું.

આ ઔષધોથી મનમાનતો ફાયદો ન થાય તો ગ્લીશરાઈન (Glyci) અને બ્રાન્ડી (Brandy) સરખે ભાગે લઈ બાલક ધાવી રહ્યા પછી પીછી વતી દરદવાળા ભાગ ઉપર ચો-

પડવું. અથવા હથેલી જેટલું લુગડું તેમાં બોળી સ્તન ઉપર લગાડી રાખવું. આથી ઘણું સુખ થશે. બાળકને સ્તનપાન કરાવતી વખતે ગરમ પાણીથી, સ્તન તેમ દીંટડીને સાફ કરવા ચૂકવું નહીં.

૩. ગ્લીશીરાઈન (Glycirine) અને બ્રાન્ડી સરખે ભાગે લઈ બાળકને ધવરાવ્યા પીછી પીછીવતી દીંટડી ઉપર ચોપડવાથી જરૂર આરામ થશે.

ઉપરની નંબર ૧ તથા ૨ ની દવાઓ બાળકને ધવરાવતા પહેલાં લગાડવાથી નુકશાનને બદલે બાળકને ફાયદાકારક છે. આથી બાળકના મોંમાં સોજો હશે તે પણ ઉતરી જશે.

(૨) દીંટડી ઉપર ચીરાડા પડવા વા. ફાટી જવું—વખતે દીંટડી ઉપર ચીરાડા પડવાથી દીંટડી ઉપર સોજો ચઢી આવે છે. આ ચીરાડા ઘણું કરીને દીંટડી અને સ્તનના જોડાણ ઉપરજ હોય છે. ખરી હકીકત ન જાણતાં અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ આવા ચીરાડાને બાળકે દાંત બેસાડયા વા દીંટડી કરડી ખાધી એવું સમજે છે. ચીરાડા પડવાનું કારણ એ પણ હોય છે કે, બાળક ધાવી રહ્યા પછી દીંટડીને ભીની રાખવાથી પણ આવા ચીરાડા પડે છે. માટે ભીની ન રાખતાં સ્તનપાન કરાવ્યા પછી તુરત લુછી નાંખવી જોઇએ.

દીંટડી ઉપરના સોજા માટે નંબર ૩ નો ઉપયોગ કરવો.

(૩) સ્તનનો સોજો—સ્તનમાં દૂધ પેદા થવા માટે તે તરફ લોહીનો વેગ ચઢી આવે છે તેથી સ્તન ભરાઈ જાય છે.

તેથી તાવની સાથે સ્તનપર સોજો ચઢે છે. થાન ભરેલાં લાગે છે. તેમાં ગાંઠો બંધાય છે. સ્તન ઉપરની ચામડી લાલ થઈ આવે છે. તેથી બેચેની, ઉંઘ ન આવવી, સ્તનમાં લપકારા મારવા, વિગેરે દુઃખો થાય છે.

કારણો—ગરમ ખોરાક ખાધાથી, મનના આવેશની અસરથી, બાળકને વખતસર નહીં ધવરાવવાથી, દૂધ ભરેલા સ્તન હોય તે વખતે હાથ બહુ હલાવવાથી, બાળક ધાવતાં માથું મારે વા તેવાજ કારણોને લીધે આ દરદ થવા પામે છે.

ઉપાય—(૧) દરદની શરૂઆતમાં થોડું દરદ હોય તો કાળા તલનો અથવા પોશના દોડાનો ગરમ પાણીમાં શેક કરવો. દાહ થતી હોય તો ગુલાબજળનું પોતું મૂકવું. લીંબડાના પાન બાફીને બાંધવા. શેક અથવા અળશીની પોટીસ મારવી. જો દરદ ઘણું હોય તો સુજેલા ભાગની આસપાસ થોડી જળો મુકાવવી. હલકો સોજો હોય તો મીઠાની પોટલીના શેકથી પાકયા વીના પણ બેસી જાય છે. (૨) સુખડ તથા રતાંજલીનો લેપ વખતો વખત કરવો. (૩) વેળાસર દૂધ ખેંચી લેવાનો ઉપાય કરવો. આ માટે દૂધ ખેંચવાની શીશીઓ આવેછે તે હાજર ન હોય તો કોઇ પાસે ધવરાવી દૂધ કાઢી નાખવું. (૪) ગોળીના કુણાંપાંદડાના નસો કાઢી નાખી તે ઉપર ઓલીઑઇલ અને કોલન વૉટર લગાડી દિવસમાં ત્રણ વખત બાંધ્યા કરવું. (૫) ધંતુરાનાં પાંદડાં અને હળદરનો અથવા ઈંદ્રવરણાનો લેપ કરવાથી ધાવણનું ખેંચાણ થવાનો સંભવ છે. દરદ વધુ હોય તો લીમડાના પાંન બાફીને બાંધવાં. અને દસ્ત ખુલાસાથી થાય,

અને તાવની દવા આપવી. (૬) ઇંદ્રવરણાનાં મુળ અને હળદરને પાણીમાં વાટીને સ્તન ઉપર લેપ કરવો.

બાળરોગ.

બાળકોને રોગ ૨૨ પ્રકારે થાય છે. તેમાં મૂખ્ય નીચે પ્રમાણે છે. (૧) પ્રથમ વાતજન્યરોગ; વાયુ કોપેથી સ્ત્રીના ધાવણનું દૂધ બગડે છે તે દુધ બાળકે પીધાથી વાતજન્ય રોગ થાય છે. **લક્ષણ**—ગળાનો સ્વર ઝીણો થઇ શરીર ગળે, મળમૂત્રનો અટકાવ થાય. ૨ પિત્ત જન્યરોગ જે સ્ત્રીને પિત્ત કોપેથી ધાવણનું દુધ બગડેલું હોય તેથી થતા રોગો, **લક્ષણ**—શરીરે હમેશ પરસેવો નિકળે, ઝાડો ચિંથરા જેવો થાય, આંખોની પીળાશ, વારંવાર-તૃષા, શરીરે દાહ-ઉષ્ણતા થવી (૩) કફજન્ય રોગ. જે સ્ત્રીને કફ કોપેથી ધાવણનું દુધ બગડે તે પીધાથી કફ જન્ય રોગ થાય છે. **લક્ષણ**—મ્હોએથી લાળ પડે, ઉંઘ ઘણી આવે, શરીરે તથા મ્હોંએ તથા આંખે સોજો આવે, ઉલટી થાય. (૪) બાળકોને દાંત પ્રથમ આવવાના હોય તે વખતે તાવ, ઝાડા, ખાંસી, ઉલટી, મસ્તકને પીડા, દુર્બલપણું વિગેરે ઉપદ્રવ થાયછે. (૫) બાળકને પ્રથમ દાંત આવે તે વખતે અને સાત કે આઠમે વર્ષે પાછા દાંત પડવા લાગે તે વખતે જ્વરાદિક ઉપદ્રવ થાય છે. (૬) વાયુ કોપે બાળક ઉંઘમાં દાંતોથી દાંત ઘસીને કડકડાવે છે. (૭) બાળકોના દાંત પ્રથમ પડેલા હોય તે જગ્યાએ પાછા દાંત આવે તે વખતે જ્વરાદિક પિડા થાય છે. (૮) બાળક સૂતેલું હોય

તે વખતે ઉંઘમાં પથારીમાં ઝાડો પિશાબ થાય તેની ગાંડ પાણીથી કોઇ સ્વચ્છ ન કરે અથવા ઘણા મોડા ધૂએ. આવી રીતે ઘણો વખત થવાથી બાલકને લોહીનો કોપ થવાથી ગાંડે ખજખતો છૂટે અને તે ખજવાળે, આથી નખનું ઝેર ચઢી ઝાડાની જગાએ ફોડકીઓ ઉત્પન્ન થઈ ચાંદા કે જખમ થવા. (૯) મુખપાક-બાળકોના મુખમાં ફોડકા આવે છે. (૧૦) મુખ શ્રાવ-મ્હોંમાંથી અતિશે લાળ ગળવી. (૧૧) ગુદપાક-ઝાડાની જગ્યા પાકે અને તેમાં ચાંદા પડે. (૧૨) બાળકનો જન્મ થયા પછી તેની માતા ફરીને ગર્ભવંતા થાય અને ગર્ભણીનું દૂધ બાલકે પીધાથી ખાંસી, અગ્નિમાંદ્ય, ઉલટી, આંખોને અંધારી, ઝાંખ, અજીર્ણ, ભ્રમ, હાથ, પગ, પાતળા સળી જેવા, પેટ મ્હોટું, વિગેરે.

બાળકોના દરદોનો ઉપાય કરવા કરતાં દરદ ન થવા પામે તેવી સાવધાની પ્રથમથી જ રાખવાની ખાસ જરૂર છે. બાળકોના દરદો માતાના અહારને લીધે તેમ ઉન્હાળા શિયાળા અને ચોમાસામાં બરાબર સંભાળ ન રાખવાને લીધે, બચ્ચાની નાજુક પ્રકૃતિ હોવાથી થવા પામે છે. ને જો કાંઈ વ્યાધિ થતાંની સાથે જ તે દુર કરવા ચાંપતા ઈલાજો લેવામાં નથી આવતા તો બાળકનો અપઘાત થાય છે, વા જો તેથી બચવા પામે તો જન્મ પર્યન્ત શાલ્યા કરે છે. બાળકોના દરદોમાં ઔષધોપચાર ઘણી સાવધાનીથી કુશળ-અનુભવી વૈદ્ય ડાકટરની પાસે બચ્ચાને બીલકુલ બંધ બેસે તેવી રીતે કરાવવા જોઇએ. સર્વથી ઉત્તમ તો એ જ છે કે બાળકને બાલ્યાવસ્થામાંથી કોઠાને દવા આપી શરીરને દવાથી આરોગ્ય રાખવાની ટેવ ન જ પાડવી. માતાનું શુદ્ધ દુધ અને શુદ્ધ વાયુ

તેમ પ્રકાશ એ જ ઉતમ અમૃત રૂપ ઔષધ છે, તે સાથે સારીરિક અને માનસિક શક્તિ વધારવા ગળથુથી વા બાળાઘુંટીનું પ્રતિરોજ સેવન કરાવવું.

બાળકને જન્મ્યા પછી બે દીવસ સુધી ગળથુથીનું ડોશી શાસ્ત્ર રીતે સેવન કરવાનો રીવાજ છે પણ વૈદક શાસ્ત્રમાં લાંબા કાળ સુધી આનું શેવન કરાવવાનું વિધાન છે. ગળથુંથીમાં સુવર્ણ, બ્રાહ્મી, શંખાવળી, મધ, ઘી વગેરે બુદ્ધિ વર્ધક અને શક્તિ વર્ધક વસ્તુઓ આપવાની છે. તેજ પ્રમાણે ઘી તથા મધમાં સોનાનો કટકો ઘસી પાવું; શંખાવળી તથા ધોળા વજનું ચુર્ણ ઘી તથા મધમાં ચટાડવું, આ ગળથુથી પહેલા માસમાં નિત્ય એકેક રતી બીજામાં બબ્બે રતી અને એક વરસના બાળકને ૧૨ રતી ભાર અને પછી વરસે વરસે પાંચ પાંચ રતી માત્રા વધારવી.

બાળકને પ્રથમ મહિનેથી દૂધ, મધ, સાકર અથવા દૂધને બદલે ઘી, વા જે પદાર્થોવડે બાળક સુખી અને પુષ્ટ થાય તે પદાર્થો ચાલુ રાખવા. ટુંક સાધનવાળા માતા પિતાએ બાળકો માટે સુવર્ણાદિક માત્રાનો ઉપયોગ ન થાય તો પીંપર, વાવડીંગ કે બાળઘુંટી ઈત્યાદિ ઔષધ માત્રાને બદલે વાપરવા. બાળકની આંખોમાં કજ્જલાદિક અંજન એટલે ઘી અથવા એરંડેલ તેલનો દીવો કરી તે ઉપરથી મેશ ઉતારી તેમાં ઘી અથવા એરંડીયું તેલ મેળવીને અંજન તૈયાર કરવું. દરરોજ સવારે બાળકને નહવરાવી ઉપલું અંજન આંખમાં આંજવું. ફરી રાતના સુતી વખતે અંજન કરવું. સવારે બાળકને પ્રથમ સુગંધિત ઓટણું અથવા હળદર અને તેથી ચારઘણું ઘી કે તેલ મેળવી સારી રીતે મર્દન કરવું, ત્યાર પછી

ગરમ પાણીથી નહવરાવવું. તે વખતે ઝાડો, પેશાબ ઈત્યાદિ છિદ્રોમાં તેલ મુકી ગરમ પાણીની છાલકો મારવી. જરૂર પડે તો એરંડેલ, મધ, ઘી, મોટી હરડે, કાળી ધંરાખ ઈત્યાદિ હલકો રેચ થવાને આપવું. આઠ વરસની ઉમર થયા પછી નાકમાં ઘી ઈત્યાદિક નાખવાનો (નસ્ય) કર્મનો ઉપયોગ કરવો.

બાળકના દરદો.

તાવ, ઝાડો, ઉધરસ, આંચકી, વગેરે કેટલાંક દરદો પ્રત્યક્ષ પારખી શકાય છે. પરન્તુ અવાચક બાળકોનાં કેટલાંક દરદો તો સહેલથી સમજી શકાતાં નથી. બાળક રોયા કરતું હોય ત્યારે જાણવું કે કાંતો તેના પેટમાં ભૂખ છે, અથવા અજીર્ણ થયું છે વા તેના શરીરમાં કાંઈ દુઃખ કે દરદ છે. જે ભાગમાં દરદ હોય છે તે ભાગ તરફ બાળક પોતાના હાથ વારંવાર લઇ જાયછે. ત્યાં દબાવી જોવાથી બાળક વધારે રડે છે.

૧ **તાવ**—ધાવણા બાળકનો તાવ બહુધા ધાવણના વિકારથી—અજીર્ણથી આવે છે.—**ઉપાય**—(૧) અતિવિષની કળી સાદો અને સારો ઉપાયછે. ૧ રતી ૧ વાલ મધ સાથે ચટાડવું. (૨) પીંપર, અતિવિષ, નાગરમોથ, કાકડાશીંગી આ ચાર વસ્તુઓ મધસાથે ચટાડવું. જેથી બાળકનો તાવ, ઝાડો, દમ ખાંસી, ઉલટી વિગેરે દુર થાય છે. મા અથવા ધાવને યોગ્ય પથ્ય પળાવવું. માનું પથ્ય અથવા બંધન એ જ બાળકનું પથ્ય તથા બંધન છે. (૩) ખાવા શીખેલા બાળકને પરસેવો તથા પેટ ખુલાસેથી થાય એવી દવા આપવી.

એરંડીયું ઉત્તમ છે. તે યેાગ્ય પ્રમાણુમાં આપવાથી બાળકનો કોઠો હમેશ સાફ રહે છે.

૨. **લેાહીવાળેા ઝાડેા**—(૧) સુંઠ, અતિવિષ, નાગરમેાથ, વાળેા, તથા ઇંદ્રજવનેા ઉકાળેા આપવેા. (૨) વાળેા તથા મધ ચેાંખાનાં ધેાણમાં આપવું.

૩. **ઉંટાટીઓ**—આ એક ચેપી રેાગ છે, અને બાળકોનેજ થાય છે. તેમાં થેાડેા તાવ આવે છે અને ખાંસી ખાતાં ઉલટી થાય છે. ઉધરસ બહુ થેાડી થેાડી વારે આવે છે. પણ આવે છે ત્યારે એવી તેા જોરમાં આવે છે કે બાળકનેા ચહેરેા લાલચેાળ થઈ જાય છે ને મુંઝાઇ જાય છે. અને વંખતે ઝાડેા પેશાબ પણ થઈ જાય છે. આ દરદમાં વખતે આંચકી થઈ આવે છે. બીજા અઠવાડીઆમાં તેનું જોર ઘણું વધે છે, અને ત્રીજા અઠવાડીઆમાં મટે છે પણ તેમાં બાળકને સંભાળવાની ઘણી જરૂર છે. **ઉપાય**—(૧) કસ્તુરી એકલી અથવા બીજી કેાઇ દવાની સાથે મેળવી આપવી. (૨) કપુર પણ ફાયદેા કરે છે. (૩) કાંટા શેલીઆની છાલનેા ઉકાળેા પાવેા. ૪ **ઝાડેા**- ધાવણના દેાષથી, દાંત ફુટવાથી, અપચાથી, ઠંડી હવાની અસરથી અને ઓરી, અછબડા વિગેરે ફુટી નીકળવાથી બાળકેાનેા ઝાડેા છુટી પડે છે. **ઉપાય**—(૧) એરંડીઆનેા જુલાબ આપવાથી ઝાડાનું કારણ બંધ થઇ જશે. (૨) ઇંદ્રજવ જરા શેકીને દૂધ અથવા ધાવણની સાથે આપવાં. (૩) બીલાનેા ગરભ, ધાવડીના ફુલ, વાળેા, લેાદર, ગજ પીંપરનેા ઉકાળેા અથવા ચુર્ણ મધ સાથે આપવું.

(૪) અતિવિશ, સુઠ, મોથ, વાળો, તથા ઇંદ્રજવનો, ઉકાળો આપવો.

૫. તાવ સાથે ઝાડો હોય તેના ઉપાય—(૧)કાકડાશીંગી, અતિવિષ, પીપર એ ત્રણ વસ્તુઓનું ચુર્ણ મધ સાથે ચટાડવું, અથવા એકલું અતિવિષનું ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું.

૬. આમવાળો ઝાડો—( ) વાવડીંગ, અજમો, અને લીંડીપીંપરના ચુર્ણને ગરમ કરેલા પાણી સાથે આપવું. (૨) કડુ શેકીને જુના ગોળના ગરમ કરેલા પાણીમાં આપવું.

૭. વરાધ, સંસણી—૧ હરડે, બેડાં અને જેઠીમધ, સરખે ભાગે લઇ ગરમ પાણીમાં વાટી તેમાં જરા સિંધાલુણ તથા મધ મેળવી કરેલું ચાટણ, બેથી ત્રણ વાલ દિવસમાં બે ત્રણવાર ચટાડવું. જરૂર પડે તો તેમાં જરા રેવંચીનો શીરો ઉમેરવો. ૨. અરડુસીના પાનનો રસ જરા ગરમ કરી અંદર મધ નાંખી પાવો. ૩. બ્રાંડીનાં બે ચાર ટીપાં એક ચમચા પાણીમાં પાવાં. ૪. ફલાલીન, ટરપેન્ટાઇન તથા પોશના ડોડાનો છાતીપર શેક કરવો. ૫. ડેકામારી, રેવંચી, તથા એળીઆનો પેટપર લેપ કરવો. અરડુસી તથા નાગરવેલના પાનનું પેટ તથા છાતીપર બંધાણ કરવું.

૮. શ્વાસ તથા ખાંસી—૧ દ્રાક્ષ, અરડુસીનાં પાન, હરડે તથા પીંપરનું ચુર્ણ તથા વાંસ કપુરનું ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું. ૨. ધમાસો, પીંપર, દ્રાક્ષ તથા હરડેનું ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું. ૩. ધાણા તથા સાકર ચોખાના ધોવણમાં પાવાં. ૪. કાકડાશીંગી, મોથ તથા અતિવિશનું ચુર્ણ મધમાં આપવું. ૫. અરડુશીનાં

પાન વરાળીઆં કરી રસ કાઢી તેમાં મધ, પીંપર તથા ફુલાવેલ ટંકણ નાંખી પાવું. ૬. અરડુશીની પોટીશ ગરમ ગરમ બાંધવી.

૯. ઉલટી—૧. મોથ, અતિવિષ, અને કાકડાશીંગીનું ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું. ૨. જાયફળનો ઘસારો મધમાં ચટાડવો. ૩. કડું કરીયાતુ મધમાં વાટીને ચટાડવું. ૪. ચિત્રા તથા સુંઠ મધમાં ચટાડવું.

૧૦. દુધની ઉલટી—૧. આંબાની ગોટલી તથા ચોખાની ધાણી તથા સિંધાલુણનુ ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું. ૨. કળી ચુનાનું નીતર્યું પાણી તથા દુધ મેળવીને પાવું. ૩. એરંડીયું તથા હરડે આપી પિત્તવિકાર હોય તે કાઢી નાખવો.

૧૧. ગળુ પડવુ—૧ તાળવામાં ખાડા પડે છે, બાળક ધાવી સકતું નથી, ઝાડો પાતળો, પાણીનો શોષ, ડોક તથા મોંમાં દરદ, અને ધાવણ અથવા દૂધ ઓકી કાઢે છે. ઉપાય—૧. હરડે વજ તથા ઉપલેટ સમભાગ દૂધમાં ઉકાળી તેમાં ત્રીજા ભાગનું મધ મેળવી સવાર સાંજ એક એક ચમચો પાવું. ૨. એરંડાના પાનને ઘી ચોપડી તાળવાપર બાંધવાં. ૩. તાળવાપર નિરંતર તેલ અથવા ઘી લગાડી રાખવું. ૪. સાબરશીંગ દૂધમાં ઘસી પાવું, તથા તાળવે લેપ કરવો. ૫. વજ તથા જાયફળ ઘીમાં વાટી લેપ કરવો.

૧૨. ચોરીઆ—ગાલ પચોળાં, કાનની બુટ નીચેના ગળાના બન્ને ભાગ લાલ થઈ સુજી આવે છે, તથા ગાંઠો ઘાલે છે. ઉપાય—૧. ફટકડીના કોગળા કરવા. ૨. માયુ ઉકાળીને તેના કોગળા કરવા. ૩. અક્કલકરો મોંમાં રાખવો. લીંડી પીપર મધમાં

ચટાડવી. ૪. અજમો, જીરૂં, શાહજીરૂં, સુંઠ, તેનું ચુર્ણ મધમાં ચટાડવું. ૫. મરીની ચાહ જરા સાકર નાખી પાવી.

૧૩. અપસ્માર—વાઇ–૧. ભુરા કોળાના રસમાં જેઠીમધનું ચુર્ણ આપવું. ૨. વજની મધમાં અરધાથી એક વાલની ગોળી કરી ખવરાવવી.

૧૫. પેટ ચઢવું—૧ સિંધાલુણ, સુંઠ, એલચી, તથા શેકેલી હીંગનું ચુર્ણ ઘી સાથે અથવા પાણી સાથે આપવું. ૨. સુંઠ અથવા હીંગના પાણીમાં એરંડીયું આપવું. ૩. પેટપર હીંગનો અથવા એળીઆનો લેપ કરવો.

ચળ. ખંજવાળ, ખરજ, વલુર, લુખસ—શરીરનું લોહી બગડી તેમ બહારની મલીનતાથી આ રોગ થાય છે.

ઉપાય—૧. સુખડનો લેપ કરવો. ૨. કારબોલીક સાબુથી શરીર સ્વચ્છ રાખવું. ૩. તાંદલજાની ભાજી ઉકાલી પાવી. ૪. ગાયનું મૂત્ર ચોળીને નહાવું. ૫. સુખડનું તેલ ચોળવું. ૬. મોરથુથાનું પાણી ચોપડવું ૭. લીંબડાના પાન ઉકાળી તે વતી નહાવું.

ઉંદરી ચણોઠીના મૂળ તથા ચણોઠી વાટીને માથાપર લેપ કરવો. ટંકણખાર તોલા ૦ા શેર ૧ પાણીમાં મેળવી તે પાણીથી નિત્ય માથું ધોવું.

૧૮. આંખ ઉઠવી—આંખમાં થોડા કે ઘણે સોજો થાય છે ને પરૂ નિકળે. **ઉપાય**— . ગુલાબ જળના પોતા મુકવા. ૨. દૂધ અથવા દૂધ અને પાણીના પોતા મૂકવા. ૩. ચોખાના ધાવણના ટીંપા નાંખવા. ૪. કડવો લીંબડો, ઉંબરાની છાલ, એરંડ મૂળ, જેઠીમધ,

તથા રતાંજલી પાણીમાં વાટી તેની થેપલી આંખોપર બાંધવી. ૫. જેઠીમધ, ગેરૂ, સીંધવ, દારૂ હળદર, અને રસવંતી પાણીમાં વાટી આંખની આસ પાસ લેપ કરવો.

શીળી—શીતલા.—આ રોગ ઝેરી હોઇ વિશેષ કરીને બાળકોમાંજ ફુટી નીકળે છે અને વખતે મોટી ઉમરના સ્ત્રી પુરૂષોને પણ લાગુ પડે છે. આ રોગ એક વાર લાગુ પડયો હોય તો ઘણે ભાગે ફરી લાગુ પડતો નથી. વળી ગૈા શીતળાનો ચેપ દાખલ કરાવ્યો હોય તો ઘણું કરીને આ રોગ લાગુ પડતો નથી. ગૈા શીતલા નહિ કઢાવેલામાંથી સેંકડે ૪૦ ટકા મરણ થાય છે ત્યારે કઢાવેલામાંથી માત્ર ૬ ટકા મરણ થાય છે; માટે ગૈા શીતલા કઢાવવા એ બાળકને મૃત્યુના મ્હોમાંથી તેમ બીજી ઘણી આપદાઓમાંથી બચાવવાનો અકસીર ઉપાય છે. અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ આ રોગને "માતા" નો રોગ ગણી કાંઇ દવા કરતી નથી. આ વહેમથી હજારો હત્યાઓ થાય છે. બને તો દર સાત વર્ષે અને જ્યારેં આ રોગ ફાટી નીકળ્યો હોય ત્યારે નાના મોટા સર્વ કોઇએ ગૈા શીતળા કઢાવવાથી તેમ યોગ્ય ઉપચારો કરવાથી મરણનો ભય દુર કરી શકાય છે.

ઉપાય—લીંબડાની અંતર છાલ, ખડસળીઓ, કાળીપાટ, પટોળ, સુખડ, સાંજળીવાળો, કડુ, આંબળા, અરડુશી, તથા રાતો ધમાશો થોડા થોડા લઇ વાટી તેમાં સાકર મેળવી તેનું પાણી કરી રાખી થોડું થોડું પાવું. દાહ તાવ વિગેરે શાંત પડે છે. ૨ મજીઠ, વડની છાલ પીપરની છાલ, સરસડાની છાલ અને ઉબરાની છાલ પાણીમાં વાટીને લેપ કરવો. ૩. દાણા બહાર નીકળીને અંદર સમાતા જણાય તો કોચનારની છાલનો કવાથ

કરી તેમાં મીઠીઆવળનું ચુર્ણ નાખી પાવાથી દાણા પાછા બહાર આવે છે. ૪ દાણા કચકચી જઇને ત્યાંથી રસી તથા દુર્ગંધ છુટે ત્યારે પચ વલ્કનું વસ્ત્ર ગાળી ચુર્ણ કરીને દાબવું. રસી ધોઇ નાખવાને માટે પણ પંચ વલ્કને ઉકાળી તેના પાણીનો ઉપયોગ કરવો. ૫. ફોલ્લાઓ ફુટીને ભીંગડા વલ્યા પછી તેમાં ચળ આવે તો નખવતી ચળ કરવી નહિ આથી ઘણું નુકશાન થાય છે. મલાઇ અથવા કારબોલીક તેલ ચોપડવું. ૬ ફોલ્લાઓ ફુટી કરમાવવા માંડે ત્યારે ચોખાનો લોટ અથવા સફેતો ભભરાવવો આથી ચાઠાં પડતાં અટકશે. ૭. દરદીને સુવાની જગ્યા સ્વચ્છ, એકાંત વાળી અને પવન આવે તેવી જોઇએ. ધૂપ વિગેરે કરવો. ખાન પાનમાં દૂધ ચોખા, કાંજી, સાકરની રાબડી, મગની અથવા તુવેરની દાળ, દ્રાખ વિગેરે વૈદ્ય ડોકટરની સલાહ પ્રમાણે ખાન પાન આપવા તથા ઔષધોપચાર કરવાં.

મુખપાક—માના ધાવણના દોષથી અથવા ગરમ ખોરાક ખાવાથી બાળકનું મોં આવી જાય છે. તથા પાકે છે. **ઉપાય**—૧. શંખજીરૂ તથા સોનાગેરૂનો ઉબેરો મોંમા ઘસવો. ૨. કંકોળ, સાકર, વાંસકપુર. ફુલાવેલ ફટકડી અને એલચીનો ભૂકો મોંમાં લગાડી લાળ કાઢવી. ૩. ગોપીચંદન દૂધમાં વાટી ચોપડવું. ૪. ગળોસત્વ મોંમા ચોપડવું. ૫. બકરીના દૂધની શેડ મોંમાં નંખાવવી. ૬. તપખીર મોંમાં ચોપડવી. ૭. ટંકણુ મધમાં મેળવી મોંમાં ચોપડવું. ૮. ચાર એલચીના દાણામાં સોના ગેરૂ અરધા પૈસાભાર વાટી તેનો બારીક ભુકો મોંમાં દાબ્યા કરવો તેથી પાક મટે છે અને ગરમી લાલરૂપે ઝરી જાય છે.

નાભિપાક—૧ બકરીની લીંડીઓ દૂધમાં વાટી લેપ કરવો. ૨. તજ તથા સુખડનું ચુર્ણ દાબવું.

ભાર—બાળકોના પેટમાં ભાર રહે છે તેથી પેટ ચઢેલું હમ ઢોલ રહે છે. અને બાળક હાંફ્યા કરે છે. પેટમાં દરદ થાય છે, ને કટકે કટકે ઝાડે જાય છે. **ઉપાય**—૧ એરંડીયું આપવું ૨. કડુ શેકી તેની ફાકી ગરમ પાણીમાં આપવી. ૩. ફીદા મારી પાવી. ૪. ઓદાર અથવા રેવંચીનો જુલાબ આપવો.

દાંત ફુટવા—૧. દાંત ફુટવાના સમયમાં લીંડીપીપર તથા ધાવડીના ફુલ અથવા સૂરોખાર મધમાં મેળવી દાંતના પારાપર ઘસવું. ૨. દાંત બહુ વસમા ફુટે ને તાવ આંચકી વિગેરે ઉપડે તો નસ્તર મુકાવી દાંતના પાશ ચીરાવવા. ૩. ઝાડો થતો હોય તો ઝાડાના ઉપાય કરવા.

ચુંચાપણું—આંખોની પાંપણોમાંથી ચળ, દરદ તથા પાણીનો સ્ત્રાવ થાય છે,. તેથી બાળક આંખોને, નાકને તથા-કપાળને ચોળ્યા કરે છે. સૂર્યનો પ્રકાશ જોઇ શકાતો નથી અને આંખો ઉઘાડી શકતુ નથી. **ઉપાય**—ત્રિફળા, સાટોડી, લોદર, સુંઠ, અને એ ભોરીંગણી. તે સર્વને પાણીમાં વાટી જરા ગરમ કરી પાપણો ઉપર લેપ કરવો.

ખસ—૧. ધુમસ, હળદર. ફુપલેટ, રાઈ તથા ઈંદ્રિજવ છાશમાં વાટી લેપ કરવો. ૨. ગંધક, કપુર, કોપરેલ તેલમાં વાટી લેપ કરવો.

મુત્રશ્રાવ—બાળકો ઉંઘમાં મુતરી જાય છે તે અટકાવવા

માટે. ૧ પીંપર, સુંઠ, મરી, એલચી તથા સિંધા લુણનું ચુર્ણ સાકરના પાકમાં નાખી ચાટણુ કરી ચટાડવું.

મુત્ર કુચ્છ—૧ ગાયના દૂધમાં ગોળ નાખી જરા ગરમ કરી આપવાથી પેશાબ છુટે છે.

પરચુરણ—બાળક રોયા કરતું હોય ને તેનું કાંઈ ચોકસ કારણ ન સમજાય તો—૧. ત્રિફળા તથાં લીંડીપીંપર સમ ભાગ ચુર્ણમાં એ વાલ મધમાં મેળવી એ ચાર દહાડા સુધી ચટાડવું. ૨. આસંધ ૧ ભાગ દૂધ ૮ ભાગ તેમાં ઘી નાખી પકાવીને ચટાડવું. આથી દુર્બલતા મટે છે ૩. વાળો, ધાવડીનાં ફુલ, લોદર, બિલું અને ગજપીંપર એ સર્વેનો કવાથ અથવા ચુર્ણ કરીને મધ નાંખીને બાળકને દેવામાં આવે તો તેથી બાળકનો પાણી જેવો જાડો બંધ પડે છે. ૪. પીંપર, મજીઠ, કાકડાશીંગી, અને નાગર મોથ એનું ચુર્ણ કરી મધમાં કાલવી ખવરાવવામાં આવે તો તેથી બાળકના જ્વર, ઉલટી, અતિસાર, ઉધરસ, અને શ્વાસ મટી જાય છે. ૫ નાના બાળકોના પેટમાં પીડ ઉપડે છે, ત્યારે સુવાના દાણા ચાવીને તેનાં થોડાં ટીપાં તેને પાવાથી પેટની પીડ બેસી જાય છે. ૬ મોરનાં પીંછાની રાખ અને લીંડીપીંપર મધમાં ચટાડવાથી હેડકી બેસે છે.

સમાપ્ત

॥ ओम् ॥

અમરેલી, તા. ૨-૭-૦૫

મહાનુભાવ બાલાભાઇ નમસ્તે.

આપે મને અવલોકનાર્થે જે પુસ્તકો મોકલ્યા તે વાંચી જોતા નિચે મુજબ મારો અભિપ્રાય પ્રદર્શિત કરૂ છું તેનો આપ ચહાય તેમ ઉપયોગ કરશો.

૧ **ગુરૂ ચરિત્ર** (ઉર્દૂ) સ્વામી શ્રી વિરજાનંદ મહારાજનું ચરિત્ર વાંચતા ખરેખર સાઆશ્ચર્યાનંદ થાય છે કે એવા મહાન્ વિદ્વાનના ચરિત્ર વાંચ્યાથી બેશક આર્યસંતાન પણ તેવા ગુણ કર્મ સ્વભાવનું અનુકરણ કરતા શિખશે. અને તેથી અલભ્ય લાભ મેળવી ઉન્નતિની ટોચ દીપાવશે,

૨ **સ્વામી શ્રી દયાનંદ** મહારાજનું જીવન ચરિત્ર અવલોકન કરતાં તેનું સાહસીકપણું ધૈર્યતા, દેશહિતૈષિતા, વિદ્વતા, સહનશીલતા તેમજ આર્યધર્મ કુશલતાનું આબેહુબ વર્ણન વાંચી ચીત્તને કોઇ અલૈાકીક અસર થાય છે. ધારૂં છું કે આવા વાંચનથી આર્ય પ્રજા પોતાના ખાસ સનાતન ધર્મપર આવવાંનું તથા દેશ હિતનું અનુકરણ કરશે. એટલુંજ નહીં પરંતુ તેથી શારીરિક, આત્મિક અને માનસિક તથા સામાજીક ઉન્નતિ કરવાને આ પુસ્તક ઘણુંજ આધારભૂત છે.

૩ **પુનર્લગ્ન સશાસ્ત્ર, બ્રહ્મજ્ઞાનોપદેશ આર્ય** પ્રશ્નાવળી એ પુસ્તક વાંચતા ઘણોજ આનંદ થાય છે. અને સશાસ્ત્ર યથાર્થ અનુભવ મેળવી શકાય છે. ધારૂ છું કે આર્ય સતાન એક વખત વાંચી જોશે તેટલામાંજ તેનું અલૈાકિક ધર્મ કુશલત્વ જણાયા શિવાય રહેશે નહીં.

૪ **રેલવેમાં રાખવી જોઇતી સાવચેતી** આ પુસ્તક આધુનીક મુસાફરી કરનારને ઘણું ઉપયોગી અને મનન કરવા લાયક છે. તો દરેક ભાઇઓએ આ પુસ્તક પોતાની જેબમાં રાખવા ભલામણ છે. લી. આર્યોપદેશક

શાસ્ત્રી મણીશંકર પ્રાણશંકર શર્મા,

ગણદેવી નિવાસી.

॥ ओ३म्. ॥

વાંચનના શોખીનોને અપૂર્વ લાભ.

(૧) મહર્ષિ સ્વામીશ્રી દયાનંદ સરસ્વતીનું જીવનચરિત્ર—વડોદરા સ્ટેટમાં ઇનામ તથા લાઇબ્રેરી માટે મંજુર થયું છે. આ ચરિત્ર ઘણુંજ બોધદાયક અને રસીલું છે. મૂલ્ય ૦—૧૦—૦

(૨) પૂનર્લગ્ન સશાસ્ત્ર છે? વિધવા પૂનર્લગ્નના સંબંધમાં ઘણોજ યોગ્ય ખુલાસો કરવામાં આવ્યો છે. સનાતન ધર્મવાળાને માટે ખાસ ઉપયોગી છે. મૂલ્ય ૧—૪—૬

(૩) સંધ્યાદિ નિત્યકર્મવિધિ—મૂલ્ય ૦—૦—૬

(૪) આર્ય પ્રશ્નાવળી—બાળકોને ધર્મજાગૃતી માટે અત્યુપયોગી પૂસ્તક. મૂલ્ય ૦—૧—૦.

(૫) રેલવેમાં રાખવી જોઇતી સાવચેતી— મૂલ્ય ૦—૦—૬

(૬) આર્ય કર્ત્તવ્ય—સ્વધર્મનુ ભાન કરાવવા માટે અવશ્ય વાંચવા લાયક. મૂલ્ય ૦—૦—૬

(૭) બ્રહ્મજ્ઞાનોપદેશ— મૂલ્ય ૦—૦—૬

મલવાના ઠેકાણાં.

(૧) રા. પુરૂષોત્તમ હીરજી મોટા આંકડીઆ—કાઠીયાડ.

(૨) મંત્રી આર્ય સમાજ—અમદાવાદ.

(૩) આર્ય પ્રકાશ—ગીરગામ બેકરોડ—મુંબઇ.